

**Ergenlerde Dürtüsellik ve Duygusal Yeme Arasındaki İlişkide  
Ebeveyn Tutumunun Aracı Rolünün İncelenmesi**

**EZGİ GÖZEGİR**

**İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sosyal ve Bilimleri Enstitüsü, Psikoloji Lisans  
Programı, 2012**  
**Işık Üniversitesi, Sosyal ve Bilimleri Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans  
Programı, 2020**

**Bu tez, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA)  
derecesi ile sunulmuştur.**

**IŞIK ÜNİVERSİTESİ**

**2020**

# REVIEW OF THE MEDIATING ROLE OF PARENTAL ATTITUDE IN THE RELATIONSHIP BETWEEN IMPULSIVITY AND EMOTIONAL EATING IN ADOLESCENTS

## ABSTRACT

**The statement of the problem:** Purpose of this study was to research the possible mediating effect of parental attitude on the relationship between impulsivity and emotional eating.

**Method:** The method of this research is generated from 400 participants; 177 female and 223 male participants who are adolescents aged between 14-17. In this study participants are students from 3 high schools in Besiktas district of Istanbul. Barratt Impulsiveness Scale-11, Emotional Eating Scale, Mother-Father Attitude Scale and Sociodemographic Form were applied in this study. The analysis of data in the research was carried out with the SPSS program.

**Results:** Since the correlation between acceptance / attention, control / supervision and psychological autonomy and emotional eating, which are the sub-scales of the parental attitude scale, was not significant, the mediator effect analysis could not be performed. In this research, Tukey test, One-Way Anova test and T test were used.

**Conclusion:** Significant differences were found between the Barratt Impulsivity Scale and demographic variables of the study between school type, number of siblings, education level of parents, parental attitude and income level. With the Emotional Eating Scale, there were significant differences between the demographic variables of the study, the number of siblings, their position amongst other siblings (first born, middle or youngest), and the education level of parent's variables. When all these findings are evaluated, since the literature studies in this area are limited, further focus on this area are recommended for future studies.

**Key Words:** Adolescence, impulsiveness, emotional eating, parental attitude, body mass index

# ERGENLERDE DÜRTÜSELLİK VE DUYGUSAL YEME ARASINDAKİ İLİŞKİDE EBEVEYN TUTUMUNUN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

## ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişki üzerinde ebeveyn tutumunun olası aracı etkisini araştırmaktır.

**Yöntem:** Bu araştırmanın örneklemi 400 katılımcı olmak üzere; 177 kız ve 223 erkek katılımcının bulunduğu 14-17 yaş arası ergen kişilerden oluşmaktadır. Bu çalışmaya İstanbul Beşiktaş ilçesinde bulunan 3 lisede öğrenim gören öğrenciler katılmıştır. Çalışmada Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11, Duygusal Yeme Ölçeği, Anne -Baba Tutum Ölçeği ve Sosyodemografik Form uygulanmıştır. Araştırmada yer alan verilerin analiz çalışması SPSS programı ile gerçekleştirilmiştir.

**Bulgular:** Ebeveyn tutumu ölçeğinin alt ölçekleri olan belirlenen kabul/ilgi, kontrol/denetleme ve psikolojik özerlik ile duygusal yeme arasında korelatif ilişki anlamlı çıkmadığından, medyatör etki analizi gerçekleştirilememiştir. Bu araştırmada Tukey testi, One-Way Anova testi ve T test kullanılmıştır.

**Sonuç:** Barratt Dürtüsellik Ölçeği'ne dayanarak araştırmanın demografik değişkenlerinden okul türü, kardeş sayısı, anne ve baba eğitim düzeyi, ebeveyn tutumu ve gelir düzeyi ile arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Duygusal Yeme Ölçeği ile araştırmanın demografik değişkenlerinden kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk oldukları, anne ve baba eğitim düzeyi değişkenleri arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Tüm bu bulgular değerlendirildiğinde ise bu alandaki literatür çalışmaları kısıtlı olduğundan, gelecek çalışmaların bu alana odaklanması önerilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, dürtüsellik, duygusal yeme, ebeveyn tutumu, beden kitle indeksi

## TEŞEKKÜR

Lisans eğitimim sırasında yıllarımı en iyi Şekilde değerlendirmemi ve onları değerli kılmama yardımcı olan birçok insan var. İlk olarak, bitirme projesi süpervizörüm Dr. Öğr. Üyesi Ertan Görgü'ye teşekkür ederim. Yıllar boyunca kendisinin deneyimlerinden yararlanma Őansı yakalamıő olmak entellektüel olarak tatmin edici ve ileriye yönelik umut vericiydi. Kendisine anlayıőlı görüşleri ve sunduğu bilgiler için teşekkür ederim. Ayrıca bu araştırmanın geliştirilmesinde katkıda bulunan Dr. Öğr. Üyesi Deniz Aktan'a da teşekkür ederim. Bitirme projemin ilk zamanlarından bu yana modellerin geliştirilmesine değerli katkılar sağladı.

Bu dönem boyunca yardımcı olan sınıf arkadaşlarım ve değerli meslektaşlarıma da teşekkür etmek isterim.

Son olarak aileme teşekkürlerimi sunarım. Ebeveynlerim Lale, Reőat ve ablam Nilay'a gösterdikleri sabır ve cesaretlendirmeleri için teşekkür ederim.

## İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI.....	i
ABSTRACT.....	ii
ÖZET.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
İÇİNDEKİLER .....	v
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	xi
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xii
<b>BÖLÜM 1</b> .....	1
GİRİŞ .....	1
1.1. Araştırmanın Amacı .....	2
1.2. Araştırmanı Özgünlüğü .....	2
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	2
<b>BÖLÜM 2</b> .....	4
LİTERATÜR.....	4
2.1 Ergenlik .....	4
2.1.1 Ergenliğin Tanımı .....	4
2.2.1 Ergenlikteki Kuramsal Yaklaşımlar .....	6
2.3.1 Ergenliğin Temel Değişimleri.....	7

2.3.1.1 Bedensel Gelişim .....	7
2.3.1.2. Bilişsel Gelişim .....	8
2.3.1.3 Duygusal Gelişim .....	9
2.3.1.4 Sosyal Gelişim .....	10
2.4.1 Ergenlerde Dürtüsellik .....	10
2.2 Dürtüsellik .....	11
2.2.1 Dürtüsellğin Tanımı .....	11
2.2.2 Dürtüsellğin Süreçleri .....	12
2.2.3 Dürtüsellğin Nörobiyolojisi .....	13
2.2.4 Dürtüsellik ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki.....	13
2.3 Duygusal Yeme .....	15
2.3.1 Duygusal Yeme Tanımı .....	15
2.3.1.1 Fizyolojik ve Psikolojik İhtiyaçlar .....	16
2.3.2. Yeme Tutumları ve Duygusal Yeme.....	17
2.3.3 Duygusal Yeme için Risk Grupları .....	19
2.3.3.1 Çocuk ve Ergenler .....	19
2.3.3.2 Obezite .....	21
2.3.3.3 Diğer Problemler .....	21
2.3.4 Duygusal Yeme ve Ebeveyn Tutumu Arasındaki İlişki.....	21
2.4 Ebeveyn Tutumu .....	22
2.4.1 Otoriter Boyut .....	23
2.4.2 İzin Verici Boyut.....	24
2.4.3 Aşırı Koruyucu Boyut.....	25
2.4.4 Demokratik Boyut.....	25
2.4.5 Ebeveyn Tutumu ve Dürtüsellik Arasındaki İlişki.....	27
<b>BÖLÜM 3</b> .....	28
<b>YÖNTEM</b> .....	28

3.1 Yöntem .....	28
3.2 Örneklem ve Evren .....	28
3.2.1 Evren .....	28
3.2.2 Katılımcı Verilerin Toplanması .....	28
3.2.3 Katılımcıların Demografik Özellikleri .....	29
3.3. Veri Toplama Araçları .....	33
3.3.1 Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu .....	33
3.3.2 Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 .....	34
3.3.3 Duygusal Yeme Ölçeği .....	35
3.3.4 Anne -Baba Tutum Ölçeği (ABTÖ).....	36
3.4. İşlem Yolu.....	37
3.5. Veri Analizi .....	38
<b>BÖLÜM 4</b> .....	39
<b>BULGULAR</b> .....	39
4.1.Dürtüsellik, Duygusal Yeme ve Ebeveyn Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....	39
4.1.1 Medyator Etki Analizi.....	39
4.2. Yan Amaçların Sınanması ve Sosyodemografik Değişkenlerle İlgili Betimsel Analizler .....	41
4.2.1. Baratt Dürtüsellik Ölçeğinden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular.....	42
4.2.2. Duygusal Yeme Ölçeğinden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular .....	52
<b>BÖLÜM 5</b> .....	60
<b>TARTIŞMA VE SONUÇ</b> .....	60
<b>BÖLÜM 6</b> .....	75
<b>ÖNERİLER</b> .....	75

<b>Özgeçmiş</b> .....	76
<b>Kaynakça</b> .....	77



## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1 Katılımcıların Demografik Bilgileri.....	30
Tablo 3.2 Anne- Baba Tutumu Ölçeğinin Alt Ölçekleri.....	37
Tablo 4.1. Normallik Dağılımı .....	40
Tablo 4.2. Katılımcıların Dürtüsellik ve Duygusal Yeme ile Ebeveyn Tutumu Değişkeni Arasındaki Korelasyonları .....	41
Tablo 4.3. Sosyodemografik Özelliklere Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğinin One -Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım .....	43
Tablo 4.4. Araştırma Grubunun Okul Türüne Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine ilişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	46
Tablo 4.5. Araştırma Grubunun Kardeş Sayısına Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	47
Tablo 4.6. Araştırma Grubunun Anne Eğitim Düzeyine Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	48
Tablo 4.7. Araştırma Grubunun Baba Eğitim Düzeyine Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	49
Tablo 4.8. Araştırma Grubunun Ebeveyn Tutumuna Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	50
Tablo 4.9. Araştırma Grubunun Gelir Düzeyine Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	51
Tablo 4.10. Sosyodemografik Özelliklere Göre Duygusal Yeme Ölçeğinin One -Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım .....	52
Tablo 4.11. Araştırma Grubunun Kardeş Sayısına Göre Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	55

Tablo 4.12. Araştırma Grubunun Ailede Kaçınıcılı Çocuk Olduğuna Göre Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	56
Tablo 4.13. Araştırma Grubunun Anne Eğitim Düzeyine Göre Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	57
Tablo 4.14. Araştırma Grubunun Baba Eğitim Düzeyine Göre Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım.....	58

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1. Dürtüsellik ve Duygusal Yeme Arasındaki İlişkide Ebeveyn Tutumunun Medyatör Etkisi.....	39
--	----

## KISALTMALAR LİSTESİ

BDÖ: Baratt Dürtüsellik Ölçeği

BKİ: Beden Kitle İndeksi

DYÖ: Duygusal Yeme Ölçeği

GABA: Gamma-aminobütirik asit

KD: Kontrol/Denetleme

Kİ: Kabul/İlgi

PÖ: Psikolojik Özerklik

YL: Yüksek Lisans

## BÖLÜM 1

### GİRİŞ

Dürtüsellik davranışı bulunduğu ortama uygun olmayan, riskin fazla olduğu, planlanmamış ve istenmeyen sonuçlara neden olan davranışlar olarak tanımlanır (Yazıcı, 2010). Bu tanımlara ek olarak dürtüsellik davranışı kişilik boyutunu, davranışsal ve bilişsel bileşenlere sahiptir ve çok yönlü bir kavramdır (Davis, 2004). Dürtüsellik, büyük ve gecikmiş ödüller yerine daha küçük ve doğrudan olan ödülleri seçmek olarak tanımlanabilir (Ainslie,1975). Birçok psikiyatrik bozukluğun belirtilerinde dürtüsellik davranışları bulunur (Hollander, 2001).

Duygusal yeme olumsuz duygular esnasında ortaya çıkar. İlk zamanlarda duygusal yeme bulumik hastaların aşırı yemek yemelerini destekleyen bir etken olarak düşünülse de sonrasında ise tıknırcasına yemek yeme ile duygusal yeme arasında ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Olumsuz duygulara karşı ortaya çıkan aşırı yeme tepkisi en çok obez kişilerde, yeme bozukluğu olan kadınlarda ve normal kiloda olmasına rağmen diyet yapan kişilerde görülür. Duygusal yemenin psikiyatrik boyutu, kilo değişiklikleri, metabolik sendromlar ve diyabet gibi konular ele alındığında daha kapsamlı araştırması gerekmektedir (Chesler, 2012).

Aile ise çocuğun ilk sosyal deneyimleri yaşadığı yerdir. Aile, bireyin kişiliğın oluşmasında aktif rol oynar ve toplumun sosyokültürel özelliklerini kişilere aktarır (Toker ve Hocaoğlu, 2009). Ebeveyn tutumları yeme davranışını etkiler (Waller ve ark., 1990). Yeme davranışı ise ebeveyn ve çocuk ilişkisinin duyarlı bir göstergisi olarak kabul edilmektedir (Maner, 2001). Ebeveynlerin davranışlarının çocuğun gelişimini olumsuz etkileyen tutumlar olması halinde birçok psikiyatrik problemin oluşmasında neden olabilir (Akalin & İrkin, 2018).

### **1.1. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırma dürtüsellik, duygusal yeme ve ebeveyn tutumu arasındaki ilişkisinin incelenmesine ve ergenlik döneminde fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal alandaki sorunlarla başa çıkabilmesine katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Bu çalışmanın yan amacı ise dürtüsellik ve duygusal yeme değişkenleri ile sosyodemografik veriler arasında anlamlı ilişkiler bulunup bulunmadığına odaklanmak ve araştırma kapsamında elde edilen sosyodemografik verilerden ne derece etkilendiğine ışık tutmaktır. Bunlara ek olarak literatürde yer alan araştırmalarda daha önce gerçekleştirilen bu ilişkilerin bu çalışmaya ne derece uyumlu olduğunu raporlamayı hedeflemektedir.

### **1.2 Araştırmanın Özgünlüğü**

Literatüre bakıldığında ergenlerde dürtüsellik, duygusal yeme ve ebeveyn tutumu arasında ilişkilerini bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Ayrıca tek tek bakıldığında dürtüsellik, duygusal yeme ve ebeveyn tutumu arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmaların birbirleriyle çelişen sonuçları ise söz konusu ilişkilerdeki aracı ve biçimlendirici değişkenlerin olası rollerini akla getirmektedir. Ergenlikte olan kişiler gerek içinde buldukları yaş gerekse muhtemel psikolojik zorlanmalar nedeniyle duygusal yeme ve obezite için risk grubunu oluşturmaktadır. Bu konu ile ilgili eğitim ve tedbirlerin alınması, korunmanın sağlanması, şayet hastalık oluşmuşsa tedavinin sağlanması için bu araştırma önem taşımaktadır.

### **1.3 Araştırmanın Hipotezleri**

**H1:** Ergenlerde duygusal yeme ve dürtüsellik arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn tutumu anlamlı bir medyatör (aracı) etkiye sahiptir. Bu doğrultuda geliştirilen hipotezler şu şekildedir.

**A:** Ergenlerde dürtüsellik, duygusal yeme üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahiptir.

**B:** Ergenlerde dürtüsellik, ebeveyn tutumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahiptir.

**C:** Ergenlerde ebeveyn tutumu, duygusal yeme üzerine anlamlı bir yordayıcı etkiye sahiptir.

**D:** Ergenlerde ebeveyn tutumunun etkisi kontrol edildiğinde, dürtüsellik ile duygusal yeme arasındaki ilişki anlamlılığını yitirecektir.

**H2:** Katılımcıların, duygusal yeme ve dürtüsellik puanları sosyodemografik özelliklerine göre anlamlı olarak değişecektir. Bu doğrultuda belirlenen işlemsel hipotezler şu şekildedir.

**A:** Katılımcıların, duygusal yeme düzeyleri; ebeveynlerin eğitim durumu, sosyoekonomik durum, cinsiyet, yaş, okul başarısı, kaçınıcı sınıf oldukları, kaç kardeş oldukları, kaçınıcı çocuk olduklarına göre anlamlı olarak değişecektir.

**B:** Katılımcıların dürtüsellik düzeyleri; ebeveynlerin eğitim durumu, sosyoekonomik durum, cinsiyet, yaş, okul başarısı, kaçınıcı sınıf oldukları, kaç kardeş oldukları, kaçınıcı çocuk olduklarına göre anlamlı olarak değişecektir.

## BÖLÜM 2

### LİTERATÜR

#### 2.1 Ergenlik

Ergenlik kelimesi Latin kökenli bir kelime olup ‘adolescere’ kelimesinden üretilmiştir. Bu kelime, büyümek, olgunlaşmak ve çocukluk döneminden yetişkin dönemine geçmek anlamına gelmektedir. Ergenlik dönemi çocukluk döneminin son evresi ve yetişkinlik döneminin ise ilk evresi olarak kabul edilmektedir (Yavuzer, 1985).

##### 2.1.1 Ergenliğin Tanımı

Ergenlik dönemine ilişkin Hall’in öne sürdüğü “fırtına ve stres” bakış açısı araştırmalarda uzun süre doğru olarak kabul edilmiştir (Steinberg, 2007). Bu çağın önemli özelliklerinden biri vücuttaki hızlı büyüme ve gelişmelerin meydana gelmesidir. Ergenlik döneminde olan kişilerin vücutlarında hormonal ve cinsel açıdan büyümeler ve gelişmeler meydana gelir. Bu dönemde sürekli ve hızlı bir şekilde gelişim ve değişim olurken aynı zamanda kişilerde duygusal ve sosyal olarak değişiklikler de meydana gelir. Ergenlik döneminde olan kişiler çevresindeki kişiler tarafından ne tam yetişkin ne de tam çocuk olarak kabul edilir. Bu dönemde kişiler kendi zihninde ve bedeninde yolculuğa çıkarlar. Ergenlik döneminde kişiler kendi hakkında değerlendirmeler yapmak ve kendi sınırlarını çizmek ister. Ergenlik döneminde olan kişiler bu dönem süresince kendilerine “Ben kimim?, Nereden geldim?, Hayat amacım ne?” gibi benzer birçok soru sorar ve bu soruların cevaplarını ararlar (Yavuzer, 1985).



Ergenlik döneminde hem sosyal hem biyolojik hem de psikolojik değişiklikler ortaya çıkar. Ergenlik dönemi erinlik ile başlar ve yetişkinliğe kadar devam eder. Bu dönemde ergenler kendilerini keşfeder, dener ve sınar. Kişiler ergenlikleri sırasında yoğun bir şekilde kafa karışıklığı ve stres yaşarlar. Bu nedenle ergenlik döneminde olan birçok kişinin özgüven sorunları ile karşılaştığını ve belirsizlik içinde olduğu görülür. Buna ek olarak, ergenlik döneminde olan kişiler kendi hayatlarını kontrol edemediği için endişe ve panik yaşarlar. Bundan dolayı ergenlik döneminde olan kişiler hayatlarının kontrolünü geri kazanmaya çalışırlar. Ergenlik dönemindeki dürtüsel davranışlardaki artış, kişileri yeni bir düzenleme oluşturması adına cesaretlendirir ve yeni seçimler yapmaya yönlendirir (Parman, 2006).

Ergenlik 3 aşamadan oluşur.

1. Erken Ergenlik Dönemi: 10- 13 yaş arası gerçekleşen dönem
2. Orta Yaş Ergenlik Dönemi: 14-17 yaş arası gerçekleşen dönem
3. Geç Ergenlik Dönemi: 18- 21 yaş arası gerçekleşen dönemdir. Literatürde bulunan birçok araştırmaya istinaden ergenlik dönemi 21 yaşına kadar devam etmektedir. Fakat güncel çalışmalara göre ergenlik dönemi 25 yaşına kadar devam etmektedir (Ağıoğlu, 2011).

Erken ergenlik dönemi 10- 13 yaş arası gerçekleşir ve hem kızlarda hem de erkeklerde fiziksel değişikliklerin hız kazandığı bir dönemdir. Büyüme çok hızlı gerçekleşir ve eş zamanlı olarak kişiler cinsel olarak da olgunlaşmaya başlar. Erken ergenlik döneminde çocukluktan çıkılır ve ergenliğe ilk adımlar atılır (Özer, 2013).

Orta yaş ergenlik döneminde ise özerklik ve farklı bir birey olma konuları gündemdedir. Bu dönemde kişilerde ortaya çıkan bu değişimleri hem kendilerine hemde ebeveynlerine kabul ettirmeye çalışır. Ergen kişiler bu dönem boyunca ebeveynlerinden ayrılmaya çalışırlar. Orta yaş ergenlik döneminde olan kişilerin ebeveynleri ile gerçekleşen çatışmaları artar ve arkadaş grupları ile daha sıkı ilişki kurmaya başlarlar. Orta yaş ergenlik döneminde cinsel kimlik gelişir ve karşı cinse ilgi duyma süreci başlar. Ergenler bu dönemde kendilerini güçlü hisseder ve bu nedenle riskli davranışlara girmekten çekinmezler. Orta yaş ergenlik döneminde

kişiler düşünmeden ve davranışlarını değerlendirmeden dürtüsel şekilde hareket etmeye başlarlar (Özer, 2013).

Geç ergenlik döneminde ise kişiler psikolojik olgunluklarını kazanmaya başlar ve erişkin bir birey olma yoluna girerler. Geç ergenlik dönemi kişiliğin oluşmaya başladığı bir dönemdir. Buna bağlı olarak da aile değerleri bu dönemde kişiler tarafından daha kolay benimsenir ve ergenlik döneminde kazanılan deneyimler değerlendirilir. Geç ergenlik döneminde kişilik oluşumu meydana gelir. Kişiler sorumluluk almaya ve sorumluluklarını kabul etmeye başlar (Özer, 2013). Geç ergenlik dönemi bedensel, duygusal, cinsel ve sosyal gelişim adına oldukça önemli bir dönemdir. Buna ek olarak, ergenlik dönemini sağlıklı geçirmek ergen kişilerin bundan sonraki hayatları boyunca kendine güvenli bir birey olmalarını ve sağlıklı kararlar almalarını sağlayacaktır. Ailelerin ve öğretmenlerin ergenlik döneminde olan kişilerle kuracakları olumlu iletişim bu dönemde olan kişilerin sağlıklı bir süreç geçirilebilmesi adına çok önemli bir katkı sağlamalarına neden olacaktır (Sarı, 2008).

### **2.2.1 Ergenlikteki Kuramsal Yaklaşımlar**

Freud'un psikanalitik kuramı çocukluk dönemi ile ilgilidir fakat Freud bu dönemdeki kuramsal bilgileri erenlik ifadesi kullanarak açıklar. Freud Cinsellik Kuramı üzerine Üç Deneme adlı eserinde ergenlik dönemi ile ilgili en önemli değişimin cinsel dürtüler olduğundan bahseder. Bu dönemde cinsel dürtünün üreme işlevi altında olduğunu anlatır (Seçkin, 2015).

Anne Freud, psikanaliz alanında ergenlik kelimesini kullanarak konuşan ilk kişilerdendir. Anne Freud, ergenlik dönemini ise anlık değişimler, otorite karşısında başkaldırma, inatçı olma, değişken ruh hali ve dürtüsel taşkınlıkların meydana geldiği bir dönem olarak tanımlar (Seçkin, 2015).

Winnicott için ergenlik dönemi yalnızlık, kasvet, hüzn ve sıkıntı duygularını içeren bir dönemdir. Bunlara ek olarak, Winnicott bu dönemi kişilerin kendilerini aramaları, bulmaları ve dönüşmeleri olarak tanımlar. Ergenlik dönemi Winnicott'a göre ikincil cinsel belirtilerin ortaya çıkması ile başlar (Parman, 2011).

Cloutier'e göre ise ergenlik çocukluk dönemi ve yetişkinlik dönemi arasında gerçekleşen bir ara evredir. Bu dönem boyunca ergenler çocukluk rollerinden ayrılırlar yeni rollere ve sorumluluklara adapte olmaya çalışırlar. Cloutier'a göre ergenlik döneminin tanımı kısaca mola evresinden çıkıp, karmaşa dönemine geçmektir (Seçkin, 2015).

Dolto'ya göre ergenlik ise bireylerin ikinci doğumudur. Bebeğin anne karnından çıkıp yeni doğan haline dönüşmesi ile çocukluktan çıkıp erişkinliğe geçme dönemini birbirine benzetmiştir. Ergenlerin aynı bebeklerin yeni doğdukları halleri gibi kırılgan, savunmasız ve duyarlı olduklarından söz etmiştir (Parman, 2008).

Blos ise çalışmalarında ergenlik dönemine oldukça yer vermiştir. Blos'a göre ergenlik ise kişilerin ikinci bireyselleşme dönemidir. Blos birincil bireyselleşme döneminin yaklaşık olarak çocukluğun ikinci yılında gerçekleştiğinden söz eder. Ergenlik dönemi Blos'a göre kendini tanıma ve özgürlüğüne kavuşma sürecidir. Bu dönemde ergenler bireyselleşmeye başlar ve bireyselleşme bağlı olarak ergenlik döneminde olan kişiler kendilerini diğer dönemlere kıyasla daha yalnız ve karmaşık hissetmeye başladıklarından bahseder (Seçkin, 2015).

### **2.3.1 Ergenliğin Temel Değişimleri**

Ergenlik dönemindeki temel değişimler bedensel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim olarak meydana gelir.

#### **2.3.1.1 Bedensel Gelişim**

Ergenlik döneminde bedensel olarak değişen en önemli gelişmeler boy ve ağırlık artışıyla meydana gelir. Bunlara ek olarak bedensel gelişmeler iskelet, kas

gelişimi ve iç organlarda meydana gelen büyümeler olarak özetlenebilir. Genel olarak kızlarda ergenlik belirtileri 10-12 yaş arasında göğüs büyümesi, kıllanma ve âdet kanaması olarak görülürken, erkeklerde ise 11-14 yaş arasında kas gelişimi, kıllanma ve penis büyümesi olarak görülür (Kulaksızoğlu, 2004).

Ergenlik döneminde hem kızlarda hem de erkeklerde kilo artışı olur. Kızlar yaklaşık 16 kg alırken, erkekler ise yaklaşık olarak 20 kilo aldıkları gözlemlenir. Bunlara ek olarak bu dönemde iç organlar hızla büyür, iç organ kütleleri artar, kas dokuları gelişir ve yağ dokularında artış meydana geldiği gözükür. Ergenlik döneminde hızlıca boy uzamasının nedenleri ise baş kemikler dışındaki tüm iskelet sisteminin belirli sıra ile büyümesinden kaynaklıdır (Yıldırım, 2016).

Ergenlik döneminde gerçekleşen gelişim faktörleri ergenlikte olan kişilerin ilişkilerini de etkilemektedir. Buna örnek olarak aşırı kilolu olan bir ergenin arkadaşları tarafından zorbalığa uğraması veya arkadaş grubu içindeki etkisinden bahsedebiliriz (Yazvuzer, 1985).

### **2.3.1.2. Bilişsel Gelişim**

Ergenlik döneminde olan kişiler bu dönem sürecince soyut düşünebilme özelliğini kazanırlar. Soyut düşünme özelliği diğer kişilerle kurduğumuz iş birliği ve iletişim sayesinde oluşur. Ergenliğin başlaması ile beraber sosyal ilişkilerimizde artma meydana gelir. Sosyal ortamlarda kendi görüşlerimizi ve düşüncelerimizi paylaşmaya başlarız. Bu sayede ergenlik döneminde olan kişiler çocukluk dönemine kıyasla kendi varsayımlarını gözden geçirirler, genellemeler yaparlar ve soyut bir bakış açısı oluşturmaya çalışırlar (Yıldırım, 2016).

Bunlara ek olarak ergenlik döneminde olan kişiler sorgulamaya ve hayal etmeye başlar. Olacak olayların ihtimalleri üzerine düşünürler ve bu dönem süresince kompleks düşünce yapılarını geliştirirler. Piaget soyut düşünce yapılarının ergenliğin ilk dönemlerinde başladığını fakat soyut düşünce yapılarının kişilere 15-20 yaşlar arasında yerleştiğinden bahsetmiştir (Aydın, 2005). Ergenler bu dönemde okul, aile

ve arkadaş ortamında karşılaştıkları sorunları bilişsel düşünce yapısını kullanarak sorgular ve çözmeye çalışırlar (Yıldırım, 2016).

### **2.3.1.3 Duygusal Gelişim**

Duygusal gelişme ise uyarıcılara karşı içsel ve öznel tepkiler vererek ortaya çıkar. Davranışlar ise bu tepkilere karşı koşullanır ve kişinin vücudu duygusal yaşantılara bütün bir şekilde cevap verir. Duygusal uyarıcı ne kadar uzun ve yoğun olursa kişinin fiziksel tepkileri de aynı şekilde o kadar yoğun ve uzun gerçekleşir. Duygusal durumun süresi kişinin ruhsal ve fiziksel sağlığını olumlu veya olumsuz olarak etkilemektedir (Yıldırım, 2016).

Ergenlerin bu dönemde yaşadığı duygular tüm yaşamını etki bırakır. Bu dönemde yaşanan kırgınlıklar küçük olsa bile bu hisler ergenlerin tüm çevresindeki diğer kişilerle ilişkilerini doğrudan etkiler. Ergenlik döneminde hislerin şiddetlendiği zamanda gerginliğe bağlı oluşan alışkanlıklar ortaya çıkar. Bu dönemde ortaya çıkan en yaygın alışkanlıklardan ikisi ise aşırı yemek yeme ve tırnak yemektir (Erbil ve ark., 2006).

Bu dönemde ergenlerin duyguları tutarsızdır ve ergenler çelişkili birçok duygu yaşarlar. Bu duygulara örnek vermek gerekirse kişi ebeveynlerini hor görme davranışı sergilerken aynı zamanda onlara dayanmak isteyebilir veya kişi yalnızlıktan zevk alırken aynı zamanda bir grubun parçası olmak isteyebilir. Ergenlerin duygusal tepkilerine etki eden faktörler sağlık, zekâ, cinsiyet, ebeveyn tutumu, sosyal ortam ve okul başarısıdır. Genellikle ergenler bu dönemde duygularını gizler ve içlerine kapanmayı tercih ederler. Ergenlik döneminde duygular oldukça yüksek seviyededir ve duygular bu dönemde ergenler için oldukça önemlidir. Bu süreçte belirsiz birçok duygu ve değişim yaşayan ergenler hayatlarını kontrol edemediğini hisseder. Bu nedenle ergenler bu dönemde hayatların kontrolünü geri almaya çabalar. Yemek yemek bu dönemde ergenlerin hayatı kontrol edebildiği nadir şeylerden biridir. Ergenlik döneminde olan kişiler hem hayatın belirsizliklerine karşı oluşturduğu hem de duygularının belirsizliklerine karşı oluşturduğu savunma mekanizması olarak anlık sorunlarını çözmek adına yemek yemeyi tercih ederler. Bu yüzden yeme bozuklukları vakaları ergenlik döneminde artış göstermeye başlar (Yıldırım, 2016).

### **2.3.1.4 Sosyal Gelişim**

Ergenlik döneminde yaşanan deneyimlerin tümü kişilerin sosyal gelişimi etkiler. Sosyal gelişimi etkileyen en önemli etki ise aileden gelir. Bu dönem ergenlerin en yakın çevresini anne ve babasını kapsar. Ergenlerin ebeveynleri ile olan iletişimi çevresiyle olan ilişkisini etkiler ve temelini oluşturur. Ebeveyn tutumu ergenlik döneminden yetişkinlik dönemine sağlıklı bir şekilde geçmek konusunda önemli bir etkiye sahiptir. Ebeveynlerinin bu dönemde ergenlere karşı tutumu ergenlerin sorumluluk almaktan çekinmeme, bireysel karar verme ve bağımsız davranma özelliklerinin gelişmesinde oldukça önemli yer kaplar. Ergenler yaşadıkları ev ortamında birbirine saygı duyması, ailenin diğer üyeleri tarafından takdir edilmesi ve sevgi ön planda olduğu zamanlarda bu dönemini daha sağlıklı ve mutlu geçirirler. Ebeveynlerin tutarsız ve aşırı kontrolcü davranışları ise ergenler üzerinde oldukça olumsuz etki yaratmaktadır. Bu ortamda yetişen ergenler kendine güveni zayıflar ve her şeyden kuşkulandırmaya başlarlar (Erbil ve ark., 2006). Bu dönemde arkadaş grupları ergenler için oldukça önem kazanır. Ergenlik döneminde arkadaş grupları arasında toplumsal saygınlık ve statü sahibi olmak çok önemlidir (Kulaksızoğlu, 2004).

### **2.4.1 Ergenlerde Dürtüsellik**

Dürtüsel davranışlara ergenlerde oldukça sık rastlanmaktadır. Bunun nedeni ergenlik döneminde duyguların düzensiz olması ve bu dönemde yoğun öfke duygusunun yaşanmasından kaynaklanmaktadır. Ergenlik döneminde dürtüsel davranışların görülmesi sonucu yoğun bir öfke oluşur ve saldırganlık davranışları oluşmaya başlar. Bu davranışların bu dönemde oluşmasının nedeni ergenlerin diğer kişilere karşı toleransının düşük olması ve plan yapma becerilerini yeni kazanmalarından ötürü kaynaklanmaktadır (Oquendo ve Mann, 2000).

## 2.2 Dürtüsellik

Dürtüsellik, planlanmamış, istenmeyen sonuçlar getiren, ortama uygun olmayan ve aşırı riskli davranışları içerir. Bu tanıma ek olarak dürtüsellik dikkatsiz, sabırlı olmayan, yenilik arayışı içinde, risk almaktan çekinmeyen, heyecan arayan, dışa dönüklük gibi özellikleri de içermektedir (Yazıcı, 2010). Dürtüsellik DSM- V tanı ölçütü kitabında yer alsa da literatürde dürtüsellik ile ilgili çok az sayıda çalışma vardır. Bunlara ek olarak dürtüsellik psikiyatrik bozukluklar adına önemli bir belirtidir ve psikiyatrik bozuklukların temel belirtileri arasında yer alır (Hollander, 2001).

### 2.2.1 Dürtüsellik Tanımı

Dürtüsellik karmaşık, davranışsal ve bilişsel bileşenleri içeren çok yönlü bir kavramdır. Literatürde ise dürtüsellik ile ilgili araştırmaların sayıları gün geçtikçe artmaktadır. Tek bir dürtüsellik tanımı ve davranışı yoktur. Bu konuda literatür incelendiğinde dürtüsellik farklı yönlerini içeren çeşitli birçok tanıma ulaşılmaktadır (Erel & Gölge, 2015).

Eysenck'e göre dürtüsellik risk almak, plansızlık, zihin dağınıklığı ile ilgilidir (Eysenck,1977). Patton ve arkadaşlarına göre ise dürtüsellik hazırlık yapmadan aniden hareket etme, dikkat dağınıklığı ve plansızlıktır (Patton, 1995). Deneysel ve davranışsal bakış açısına istinaden de dürtüsellik ise, büyük ve gecikmiş ödüller yerine daha küçük ve doğrudan olan ödülleri seçmektir (Ainslie, 1975). Dürtüsellik oldukça risk taşıyan bir eylem olmakla beraber sıklıkla istenmeyen olaylara da neden olabilir.

Dürtüsellik aile çevresinde öğrenilmiş bir davranıştır bu nedenle ebeveyn tutumlarının çocuklar üzerindeki etkisi göz ardı edilemez. Buna örnek olarak çocukların hoşuna giden bir şeyi almak veya elde edebilmek adına tepki vermesinden bahsedebiliriz. Bu da bize dürtüsellik sosyal rolünü gösterir. Dürtüsel davranışlar yalnızca kişilerin kendilerine zarar vermesine neden olmaz aynı zamanda çevredeki diğer kişiler için de zarara ve olumsuz sonuçlara neden olduğu görülmüştür

(L'Abate, 1993). Dürtüsellik bir yatkınlık davranışıdır. Bir olay örüntüsüdür ve tek bir hareket üzerine oluşmaz. Buna ek olarak dürtüsellik bilinçli ve planlı bir hareketin sonucunda çıkmaz tam tersinde hızlı ve planlanamamış hareketlerin sonucunda ortaya çıkmaktadır (Moeller, 2001).

Kişiler günlük rutin yaşantılarında birçok dürtüsel davranış gösterirler. Dürtüsellik değerlendirildiğinde tek başına psikiyatrik bir tanı değildir. Fakat psikiyatrik hastalığın temelinde dürtüsellik olması dürtüselliğin patolojik boyutun önemini yansıtır. Patolojik boyuttaki dürtüsellikte kişilerin yaşam kalitesi bozulur ve diğer kişilere kıyasla işlevleri azalmaya başlar. Dürtüsellik, kişilik bozuklukları, dürtü kontrol bozuklukları, alkolü kötüye kullanma, obezite, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, bipolar bozukluk gibi birçok psikiyatrik bozukluklarla ilgilidir (Miller ve ark., 2004)

Gündelik dürtüsel davranışta ise bu belirtiler olmaz. Gündelik dürtüsel davranışa örnek vermek gerekir ise fazla alışveriş yapmak, yemeği fazla yemek, düşünmeden bir şey söylemek, sohbet esnasında hızlıca sinirlenmek gibi örnekler verilebilir (Eysenck & Eysenck, 1977). Tüm bu açıklamalara rağmen dürtüselliğin net bir açıklaması ve hastalık boyutundaki sınırları yoktur.

### **2.2.2 Dürtüselliğin Süreçleri**

Dürtüsellik ile ilgili olduğu bilinen dört ana süreç vardır. Bunların ilki tepki ketleme ve yanıt engelleme olarak bilinmektedir. Dürtüsellikte tepki ketleme erken tepkiler verme veya cevabı geciktirmekte güçlük çekmek olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram davranış bilimleri açısından da dürtü kontrolü yiyecek, cinsellik veya yüksek derecede istenilen diğer kazançları hem iç hem de dışsal olarak harekete geçiren aktif bir inhibitör mekanizmasıdır. Bu mekanizma sayesinde hızlı koşullanmış yanıtlar ve refleksler geçici bir süre bastırılır. Bu sayede de yavaş bilişsel mekanizmalar davranışı şekillendirmeye başlayabilir ve bu sürece de yanıt engellenmesi denir (Winstanley ve ark., 2006).



Buna ek olarak bir diğere süreç ise inhibisyon denetimidir ve bu denetim şekli açık örtük yanıtı bastırabilmektir. Girişim kontrolü, bilimsel inhibisyon ve davranışsal inhibisyon yürütücü inhibisyon olarak tanımlanır (Enticott ve ark., 2006).

Risk alma davranışı insanların hayatına devam edebilmesi ve kendisini sağlıklı bir şekilde geliştirebilmesi için gereklidir. Risk almanın normalden daha fazla olması ise insanların hayatlarını olumsuz şekilde etkilemektedir. Risk alma davranışını akademik olarak değerlendirdiğimizde ise heyecan isteği, atılgan olma gibi kısaca tanımlayabiliriz (Enticott ve ark., 2006).

Karar verme sürecini ise seçenekte bulunma ve sıralama, eylemleri seçme, düzenleme ve uygulama, sonuçları değerlendirme olarak tanımlanabiliriz. Karar vermenin içinde önemli roller ise nöro görüntüleme, lezyon çalışmaları ve duyu işlemedir. Bunlara ek olarak, araştırmalara istinaden belirsizlik ya da risk altında karar vermenin çoklu prefrontal, parietal, limbik ve subkortikal bölgeleri içeren subkortikal kortikal şebeke ile ilişkisi olduğudur (Ernst & Paulus, 2005).

### **2.2.3 Dürtüselligin Nörobiyolojisi**

Prefrontal korteks ve orbitofrontal korteks beynimizde bulunur, süreçlere karar vermemize ve oluşan seçenekler arasında seçim yapmamızı sağlar. Orbitofrontal korteks ise bireylerin davranışlarının sonucundaki davranışların oluşmasında görev alır. Dürtüsellik diğere kişilere kıyasla frontal lob bölgesi hasar almış bireylerde daha sık gözlemlenir. Dürtüsellik ile ilgili olan nörotransmitterler ise serotonin, dopaminin, noradrenalin, glutamat ve GABA hormonlarıdır. Özellikle beyindeki serotonin düzeyindeki azalmanın davranışın baskılanmasını azalttığı gözlemlenmiştir (Yazıcı, 2010).

### **2.2.4 Dürtüsellik ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki**

Dürtüsel davranışlar olumsuz yeme davranışlarına neden olmaktadır (Dougherty ve ark., 2005). Güncel olarak yapılan araştırmalara istinaden normal kilosunda olan kişilere kıyasla obez kişilerin daha dürtüsel davranışlar sergilediği

görülmektedir. Özellikle tıknırcasına yeme bozukluğu olan kişilerin diğer kişilere kıyasla çok daha fazla dürtüsel özellikler sergiledikleri görülmüştür. Dürtüsellik ile aç veya tok olmaksızın lezzetli besinleri sağlayan haz arasında ilişkisi bulunmuştur (Davis, 2004). Yeme bozukluklarında yeme davranışı üzerinde kontrol bozukluklarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Dürtüsel olan kişiler dürtüsel olmayan kişilere kıyasla yeme davranışı üzerinde kontrollerini sağlayamadıkları görülmüştür. Dürtüsel kişilerin yüksek kalorili ve lezzetli besinlere karşı ilgilerinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Dürtüsel davranış sergileyen kişiler dürtüsel davranış sergilemeyen kişilere kıyasla obezite tedavisine daha fazla ihtiyaç duymaktadır (Hjördis, 1989). Literatürde aşırı yemek yeme ve dürtüsellik arasındaki ilişki ile ilgili olan çalışmalar genellikle kadınlar, çocuklar, tıknırcasına yeme bozukluğu olan obezite hastaları ve yeme bozukluğu olan hastalar üzerinde yapılmıştır. Obez olmayan ve obez olan çocuklar ile yapılan çalışmalara istinaden çocuklarda dürtüsellik ile aşırı kilo arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu görülmüştür (Nederkoorn, 2007).

Dürtüsellik besine duyulan isteğe ve ödül merkezindeki yeme bağımlılığına neden olmaktadır (Kalon, 2016). 2005 yılında, dürtüsellik ve olumsuz yeme tutumları üzerine detaylı bir araştırma yapılmıştır. Bu araştırmaya 500 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonucunda dürtüsellik ve düzensiz yeme tutumları arasında 15 anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur (Culbert ve Klump, 2005). Bu araştırmalara ek olarak yapılan başka bir çalışmaya göre ise, dürtüsel kişilerin diğer kişilere kıyasla yeme davranışlarında bozulmalar meydana geldiği bulunmuştur. Bu kişiler daha çok kalorisi yüksek olan besinleri tercih eder ve bu tür besinlere daha fazla ilgililerdir (Annagür, 2010). Hollanda'da 14-16 yaş grubu arasında dürtüsellikte davranışlarına bakılmıştır. Ergenlerde diyet programı uygulanmış ve altıncı ve on ikinci ayın sonunda ölçümlerde dürtüsel davranış sergileyen ergenlerin sergilemeyen ergenlere kıyasla daha az kilo verdiği görülmüştür. Dürtüsel ergenlerin diğer ergenlere kıyasla lezzetli ve kalorili yiyeceklere daha yatkın olduğu görülmüştür. Bu nedenle dürtüsel ergenlerin diğer kişilere kıyasla diyet programlarına daha fazla dikkat etmeleri gerekmektedir (Nederkoorn ve ark., 2007). Kısaca özetlemek gerekirse yapılan

araştırmalara istinaden obez kişilerin zayıf olan kişilere kıyasla daha dürtüsel davrandıkları ortaya çıkmıştır (Nederkoorn ve ark., 2007; Annagür, 2010).

### **2.3 Duygusal Yeme**

Duygusal yeme kişilerde olumsuz duygulardan dolayı ortaya çıkan ve normalden çok yeme eğiliminin ortaya çıkmasına neden olan bir yeme bozukluğudur. Birçok faktör yemek yeme davranışını etkiler fakat duyguların yemek üzerinde etkisini bilmek zordur (Macht, 2008). Yemek yeme ve duygular arasında olan ilişki kişinin duygularına göre veya kişinin karakteristik özelliklerine göre değişebilir (Canetti L, 2002). İlk önce duygusal yeme blumik hastaların aşırı yemelerini destekleyen bir etmen olarak tanımlansa da daha sonra yapılan birçok araştırmaya istinaden duygusal yeme ve yeme atakları arasında ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Aşırı yeme tepkisi kişilerde duyguların olumsuz olduğu zamanda sıklıkla gözlemlenir. Fazla yeme tepkisi obez bireylerde, yeme bozukluğu olan kişilerde ve kilosu normal olmasına karşın diyet yapan kişilerde sıklıkla gözlemlenmektedir. Bu nedenle özellikle diyet yapan ve kilo verme girişiminde olan kişilerde yeme davranışının düzenlemesi gerekmektedir (Sevinçer, 2013).

#### **2.3.1 Duygusal Yeme Tanımı**

Duygusal yeme davranışı, ruh halini kontrol edebilmek adına besinlerin kullanılmasıyla meydana gelir (Kontinen, 2012). Yalnızlık, depresyon, anksiyete gibi duygu duyguların yaşandığı durumlarda kişilerde besin tüketimin arttığı gözlemlenmektedir. Duygusal yeme ile stres arasındaki ilişki birçok araştırmadan incelenmiştir ve stresin besin alımını kişiye göre artış ve azalış şeklinde etkilediği görülmüştür (Lemens ve ark., 2011). Duygusal yeme psikolojik yeme çeşidi olarak görülmektedir ve değişik ruh hallerinin kontrolü ve rahatlama hissi için besin tüketiminin gerçekleşmesinin bir sonucudur (DeLauzon-Guillain, 2006). Duygularımız, iştahımızın yemek yeme sırasında açılması ve besin alımının artıp azalması üzerinde %30-48 oranında etkiye sahiptir. Yapılan güncel araştırmalara istinaden anksiyete, depresyon, kırgınlık gibi olumsuz duyguların günlük aldığımız

besin tüketimini arttırdığı ve kişilerin beslenme alışkanlarını bozmaya neden olduğu bulunmuştur (Macht, 2008).

Buna ek olarak negatif duyguları hisseden kişilere göre mutluluk, sevinç gibi pozitif duyguları hisseden kişilerin yedikleri yemeklerden daha fazla zevk aldıkları görülmüştür. Pozitif duyguları hisseden kişilerin genellikle sağlıklı besin seçimini tercih ettikleri görülmüştür (Macht, 2002). Duygusal yemek yeme gece ve ara öğünlerde daha sık ortaya çıkmaktadır. Yapılan araştırmalara istinaden kişi olumlu duygular hissettiğinde et ve tahıldan oluşan sağlıklı yiyecekleri tercih etmiştir. Kişiler olumsuz duygularda ise dondurma, paketlenmiş gıda ve tatlıları tercih ettiği görülmüştür (Blackman ve Kvaska, 2010). Normal yeme davranışı olan bireyler üzerinde yapılan bir araştırmaya istinaden duygusal durumların kişilerin besin alımının %43 arttığı, %39'unun azalttığı ve %26'sının herhangi bir değişiklik yapmadığı görülmüştür. Buna ek olarak yeme süreçlerinde duygusal durumların yemeğin seçimini, yemeğin tüketilme hızını, miktarını, çiğneme hızını etkilediği görülmüştür (Macht ve Simon, 2000).

### **2.3.1.1 Fizyolojik ve Psikolojik İhtiyaçlar**

Yeme ihtiyacı fizyolojik ya da duygusal temeli olan açlık ihtiyacı olabilir. Bu nedenle kişi yeme ihtiyacını hissederken bu açlık ihtiyacının hangisinden kaynaklandığını fark etmesi önemlidir ve bu iki açlık hissini belirtenleri birbirlerinden farklıdır.

Fiziksel açlıkta kişi midesinde kazınma, burukluk hisseder. Buna bağlı olarak kişiler kan şekerinin düştüğünü de hissedebilir. Fiziksel açlık hisseden kişiler doyumluk hissini yemek yedikçe hisseder ve enerji içeriği düşük besinler ile de açlık hissini bastırabilir (Sevinçer, 2013).

Duygusal açlık ise fiziksel açıktan farklı olarak ise ani olarak açlık hissedilmez ve fiziksel herhangi bir belirti vermez. Kişi ne bulursa onu yer ve daha fazla enerji değeri yüksek yemekleri yemeyi tercih eder (Sevinçer, 2013). Duygusal temeli olan ihtiyaçlar açlık hislerinin neden kaynaklandığını ayırt edemez ve

fizyolojik veya duygusal ihtiyacı ayıramaz. Duygusal durumda yemek yemeyi tercih eden kişiler bu olumsuz duygulara yemek yiyerek tepki verirler. Cinsiyete göre olumlu ve olumsuz durumlarda duygusal yemeyi tetikleyen faktörler araştırılmıştır. Buna istinaden kadınların erkeklere kıyasla herhangi bir olumsuz duyguları hissettiğinde abur cubur ve sağlıksız yemekler yemeyi seçmeye daha yatkın olduğu gözlemlenmiştir (Levitan, 2010). Karbonhidrat içeren besinler tüketildikten sonra kişilerin ruh hallerinde iyileşme görülebilir ve bu etkinin beyindeki serotinin miktarının artmasından kaynaklandığı söylenebilir (Benton ve Donohoe, 1999; Gibson ve Green, 2002).

### **2.3.2. Yeme Tutumları ve Duygusal Yeme**

Dünya sağlık örgütüne göre sağlıklı bir birey olabilmenin ilk koşulları dengeli ve sağlıklı bir şekilde beslenmektir. Beslenmenin tanımı bireyin büyümesi, gelişmesi, sağlıklı ve üretken olabilmek adına gerekli besinleri vücuduna alması ve onları kullanabilmesidir. İnsanlar sağlıklı bir şekilde kendi yaşamlarını sürdürebilmek için ortalamada 50'ye yakın besin ögesine ihtiyaç duyar ve bu öğeleri günlük olarak belirli bir miktarda almaları gerekmektedir. Eğer bu besin öğelerini gereğinden daha az miktarda almak veya daha fazla almak zorunda kalırsa kişinin sağlığı bozulur ve dengesiz beslenme durumu ortaya çıkar. Sağlığımızı korumak ve yaşam kalitemizi artırmak adına beslenme davranışını bilinçli bir şekilde yapmamız gerekmektedir (Baysal, 2007).

Beslenme ihtiyacının biyolojik gerekliliğine ek olarak psikolojik gerekliliği göz ardı edilmemelidir. Birçok araştırmaya istinaden kişilerin öfkeli olduğunda veya kendilerini baskı altında hissettiklerinde normal zamanda tükettikleri besinlerden çok daha fazla besin tükettikleri görülmüştür. Bu yeme ihtiyacının altında psikolojik faktörler yatmaktadır (Konttinen, 2012). Benzer bir şekilde kişi heyecanlı veya stresli olduğu zamanda hiç yemek yememek istemesi de psikolojik durumun etkisidir. Birçok araştırmaya sonucunda sıkıntı, öfke, neşe, depresyon gibi psikolojik durumların yeme davranışı ile ilişkisi olduğu kanıtlanmıştır. Bu bilgilere istinaden yeme davranışın stres ve negatif duygulara göre artıp azalabildiğini görebilmekteyiz. Başka bir araştırma ise öfke, korku ve üzüntü gibi negatif duyguları hisseden bireyler

dürtüsel yemeyi duyu durumlarını negatiften pozitive çevirebilmek adına kullanmaktadır. Bu kişiler genelde abur cubur gibi zararlı yiyecekleri seçerken, neşe ve mutluluk gibi pozitif duyguları hisseden kişiler daha çok sağlıklı besinleri tüketmeyi tercih etmektedir (Macht, 2008).

Yeme davranışı çocukların bireysel yapısı, duygusal durumu sağlığı hakkında bize bilgi verir. Buna ek olarak ailenin duygusal durumu, sosyoekonomik durumu ve kültürü hakkında bize bilgi vermektedir. Özellikle okul öncesi dönemde çocuklarda iştah bir önceki dönemlere kıyasla azalmaktadır ve besin alımı bir önceki dönemlere istinaden düzensizleşmektedir. Bu süreçte aileler çocuklarını beslemek konusunda sıkıntı yaşarlar ve bu konu hakkında endişe duyarlar. Endişe de ailelerin üzerinde baskı kurar ve aileler de aynı baskıyı çocukların üzerinde oluştururlar. Araştırmalara istinaden çok baskı kurulan ve bu şekilde yetiştirilen çocuklarda ileriki dönemlerde baskı görmeyen çocuklara kıyasla yeme bozuklukları problemi daha fazla görülmektedir (Bryant ve ark., 2010).

Yeme bozuklukları anoreksiya nevroza, bulimiya nevroza, tıknırcasına yeme sendromu ve gece yeme sendromu olarak ortaya çıkar. Yeme bozuklukların büyük çoğunluğu 25 yaş öncesi ortaya çıkmaktadır. Buna ek olarak ise yeme bozukluklarının ülkemizde görülme oranı son 25 yıla kıyasla artmıştır. Bu artışın sebebi anormal ve zararlı yeme alışkanlıkları olarak tanımlanmaktadır (Hudson ve ark., 2007). Psikolojik teorilere istinaden 3 farklı yeme davranışı vardır. Bu davranışlar; Kısıtlı yeme, dışsal yeme ve duygusal yeme davranışıdır (Van Strien ve ark., 1986).

Kısıtlama yeme teorisine göre bireylerin besin alımını kısıtlanır ve kişi açlık duygusunu kendi isteği ile bastırarak besin alımını minimum seviyeye indirir. Bu kişilerin otokontrol yetileri zayıfladığında kişiler diyetlerini terk eder ve diyet yapmayan kişilere kıyasla çok daha fazla yemek yerler.

Dışsal yeme teorisine göre ise bazı kişiler diğer kişilere kıyasla tat, koku, görünüş gibi dışsal besin uyarılmalarından daha çok etkilenirler. Bunun nedeni açlık hissi duymazken bile yemek yeme eğilimi olmasıdır (Snoek ve ark., 2013).

Duygusal yeme ise yeme problemlerinden bir diğeri olarak tanımlanır. Olumsuz duygu durumlarına karşı olarak gelişir ve aşırı yemek yemenin gerçekleştiği bir yeme bozukluğu olarak tanımlanır. Duygusal yemek yemenin risk grupları içinde çocuklar, ergenler, obez kişiler, dürtüsel kişiler olduğu araştırmalar tarafından bulunmuştur. Buna ek olarak duygusal yemek yemeyi stres, depresyon, ebeveyn modellemesi, kırgınlık, sıkılganlık, mutluluğun da etkileyebileceği görülmüştür (Sevinçer, 2013).

2005 yılında gerçekleşen ikiz erkek bireylerde yemek yeme davranışında genetiğin etkisinin araştırıldığı çalışma sonucunda kalıtımın bilişsel kısıtlama davranışlarında %59, kontrolsüz yeme üzerinde %60 ve duygusal yeme davranışları üzerinde ise %45 etkiye sahip olduğu görülmüştür (Tholin ve ark., 2005)

### **2.3.3 Duygusal Yeme için Risk Grupları**

Bu bölümde duygusal yeme için risk gruplarından bahsedilecektir. Duygusal yeme için risk grupları üçe alt başlıkta anlatılacaktır; çocuk ve ergenler, obez bireyler ve diğerleri.

#### **2.3.3.1 Çocuk ve Ergenler**

Günümüzde çocuklar ve ergenlerde kontrolsüz şekilde yemek yemenin arttığı buna bağlı olarak da aşırı kilolu çocuklar ve ergenlerin sayılarının arttığı bilinmektedir. Çocuk ve ergenlerde duygusal yemenin erken tespiti kilo kontrolü ve yeme bozukluklarının önlenmesi adına önemlidir. Yapılan birçok araştırmaya göre ebeveynlik ve aile etkileşiminin duygusal yemeye önemli etkisi olduğu saptanmıştır (Snoek, 2007).

Topham ve arkadaşları araştırmalarını Hollandalı ergenler ve anneleri ile gerçekleştirmiştir. Ergenlerin eğitiminde anne desteği azaldığında çocukta yüksek psikolojik kontrol ve yüksek davranışsal kontrolün oluşması nedeniyle artan duygusal yeme davranışı oluşmuştur (Topham ve ark., 2011). Ebeveynlik stilleri üzerine yapılan birçok araştırmaya istinaden, demokratik anne ve babaların çocuklarının daha fazla öz yeterlik, disiplin ve diğer kişilere kıyasla daha fazla

duygusal olgunluğa sahip olduğu bulunmuştur. Çocuklarını cezalandıran anne ve babaların çocuklarının ise duygusal olarak diğer kişilere kıyasla daha reaktif oldukları ve duygu düzenlemede daha zorlandıkları gözlemlenmiştir. Ebeveynlerin çocuklarına destek ve bağlılığı azaldığı zaman çocukların daha fazla duygusal problem yaşadıkları görülmüştür. Toham ve arkadaşları bu sonuçları ebeveynlik stillerini, çocuğun duygu ifadesine özgü ebeveynlik uygulamalarını ve çocuklarda duygusal yeme ile ilgili ailenin duygusal tepkilerini karşılaştırarak bulmuşlardır (Topham ve ark., 2011). Bu araştırmaya istinaden çocukların üzerinde daha etkin, çocuklarının duygularını ve fikirlerini önemseyen, çocukların üzerinde daha duyarlı olan ebeveynlerin çocuklarının diğer ailelerin çocuklarına kıyasla olumsuz duygulara karşı duygusal yemek yemeyi seçme oranının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Günümüzdeki çocuklardaki obezite ve aşırı kilo problemini çözmek ve çocuklarda duygusal yemek yeme oranını düşürmek adına etkin ebeveyn stiline önemi oldukça önemlidir.

Bunlara ek olarak Levitan ve Davis duygusal yemek yemenin olumsuz duygular esnasında tüketilen kalorili gıdaların tüketimin tekrarından ve deneyimlenmesinden kaynaklı olduğunu düşünmektedir. Ayrıca kişinin kişiliği ve mizacının duygusal yemek yeme üzerinde etkili olduğu düşünülür. Ergenlikte hem fiziksel hem de duygusal gelişimler eş zamanlı olarak yaşanmaktadır. Bu nedenle bu dönemde kilo artışı fazlalaşır. Bozulmuş yeme kalıplarını önlemek adına erken müdahalenin ergenlik döneminde gerçekleşmesi oldukça önemlidir. Literatürde bulunan birçok araştırma, ergenlik döneminde kızların erkeklere kıyasla stres duygusundan daha çok etkilendiğini gösterir. Duygusal yemek yeme bu dönemde ergenler üzerinde güçlü bir tetikleyici etkendir. Ergen erkeklerin duygusal yeme oranı ergen kızların duygusal yeme oranı ile benzer seviyelerde ilerlediği bulunmuştur (Levitan ve Davis, 2010).

Bu araştırmalara ek olarak Nguyen-Rodriguez ve arkadaşlarının araştırmalarında farklı bir sonuç çıkmamıştır. Ergenlerde yapılan araştırmalarda stres ve endişe gibi duyguların yemek yeme davranışıyla ilişkili spesifik duygu durumlarının olduğunu göstermiştir. Kızlarda stres, endişe, gerginlik ve kaygı gibi duygularda duygusal yemenin arttığı gözlemlenmiştir. Erkeklerde ise bu duygunun



daha karışık ruh halinden kaynaklandığı bilinmektedir (Nguyen-Rodriguez ve ark., 2009).

### **2.3.3.2 Obezite**

Psikosomatik teoriye istinaden duygusal yemek yeme obezitenin etiyojilerden biridir. Obez kişilerin duyguları hakkında farkındalıkları yoktur ve duygularını tanıma becerileri de oldukça zayıftır. Bu kişiler duygusal yemek yemeyi içsel bir uyarın olarak değil duygularına cevap olarak görürler ve duygu durumunu bastırmak için yemek yemeyi seçerler (Ouwens ve ark., 2003). Bu konu ile ilgili bir araştırmaya istinaden normal ve obez kişilerin stres ve anksiyete duygularını tetikleyen yeme yanıtları karşılaştırılmıştır. Obez katılımcıların duygusal yeme oranı normal katılımcılara kıyasla çok daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Adriaanse ve ark., 2011).

Buna ek olarak başka çalışmaya istinaden, yemek yeme davranışının stres ile ilgisi olduğu zamanda bu davranışının vücut ağırlığında artışa neden olduğu görülmüştür (Nguyen-Rodriguez ve ark., 2009). Buna ek olarak, normal vücut ağırlığına sahip kişilerin negatif duygularını yemek yiyerek düzeltmeye çalıştıkları saptanmıştır (Macht M, 2008).

### **2.3.3.3.1 Diğer Problemler**

Bu problemlere ek olarak aleksitimi ve kilo verdirici tedavi olan kişiler de duygusal yeme risk grubundadır. Tıkınırcasına yeme bozukluğu ve bulimiya nevroza yeme bozukluğu olan hastalarının diğer kişilere kıyasla duygusal yemek yemeye daha fazla eğilimli olduğu gözlemlenmiştir. Son olarak, diyetle kilo verme ve obez kişilerde yapılan cerrahi müdahale sonrasında duygusal yemek yemenin azaldığına dair bilgiler bulunmuştur (Sevinçer, 2013).

### **2.3.4 Duygusal Yeme ve Ebeveyn Tutumu Arasındaki İlişki**

Duygusal yemek yemeyi etkileyen en önemli etkenler arasında aile dinamikleri ve ebeveyn tutumları gelmektedir (Waller ve ark., 1990). Yeme davranışının ebeveyn

ve çocuğu arasında ilişkinin göstergesi olduğu düşünölmektedir. Ebeveynlerden algılanan ilgi, ebeveynler tarafından gösterilen aşırı koruma davranışı ve yeme bozuklukları arasında ilişki bulunmuştur. Aşırı koruyucu ebeveynler veya katı kuralları olan ebeveynler farklı şekillerde çocuklarının yeme davranışını etkilemektedirler (Ünlü ve ark., 2006). Literatürdeki birçok araştırmada duygusal yeme sorunu olan veya eğilimi olan kişilerin aileleri ile iç çatışma yaşadıkları, depresyon, anksiyete gibi psikiyatrik sorunlarını yemek yiyerek çözmeye çalıştıkları görölmüştür (Tozzi ve ark., 2003). Yeme bozukluğu olan ergen ve çocukların ailelerinde sıklıkla aile içi görüş ayrılıkları, suçlama gibi olumsuz duyguların yaşandığı görölmektedir (Lattimore ve ark., 2000). Duygusal yeme eğilimi olan çocukların ebeveynlerinin empati yapmak bakımından daha zayıf ve daha az destek destekleyici olduğu görölmüştür (Calam ve ark., 1990). Aşırı yemek yiyen ve duygusal yeme davranışı gösteren kişiler aileleleri ile olan ilişkilerini diğer kişilere kıyasla daha sağlıksız olarak nitelendirmiştir (Alşan, 2005).

## **2.4 Ebeveyn Tutumu**

Aile, aile içi ilişkiler ve ebeveyn tutumları çocuğun gelişim döneminde psikososyal kimliğinin oluşmasını etkiler. Her ebeveynin uyguladığı yollar birbirinden farklı tutum ve davranışları ortaya çıkarır. Ebeveynlerin bu tutumları; çocuk yetiştirme davranışları ile ilgili olan özelliklere göre gruplandırılmaktadır (Demir & şendil, 2008). Ebeveyn tutumları çocuk yetiştirme davranışlarının özelliklerine istinaden 4 temel gruba ayrılmaktadır. Bu temel gruplar otoriter boyut, izin verici boyut, aşırı koruyucu boyut ve demokratik boyuttan oluşmaktadır. Bu 4 boyutun tutumları költürlere özgüdür. Türk költüründe aşırı koruyucu boyut en sık rastlanan grup olurken izin verici boyuta ise ölkemizde nadiren rastlanılmaktadır. Ebeveyn tutumlarında çocuğun gelişimini olumsuz etkileyen tutumlar ise reddedici tutum, ilgisiz tutum, otoriter tutum ve aşırı koruyucu tutumdur (Akalin & İrkin, 2018).

### 2.4.1 Otoriter Boyut

Otoriter ebeveyn tutumunda diğer 3 tutuma kıyasla çocuğun davranışları karşısında sert, katı, esnek olmayan, denetim, kontrol etme ve yargılama davranışlarını bulundurur (Yavuzer, 2016). Bu tür ebeveynler çocuklarına koyulan kurallara ne olursa olsun koşulsuz bir şekilde uymalarını ve onların fikirlerine sorgulamadan itaat etmelerini beklerler (Baumrind, 1966). Eğer çocuklar ebeveynlerin kurallarına uyum göstermezler ise ceza uygulamasına geçerler bu nedenle bu tutumda ödül ve ceza kullanımını oldukça yaygın olarak kullanılmaktadır. Birçok araştırmaya göre çocuğa verilen cezalar olumsuz davranışı kısa sürede kesmekte çok fazla etkili olsa da uzun vadede ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkiyi oldukça olumsuz yönde etkilemektedir. Bu cezalara örnek vermek gerekirse; çocuğunu dövmek, odaya kapatmak, yapacağı şeyi kısıtlamak gibi davranışlardır. Bu davranışa maruz kalan ve sürekli denetim altında olan çocuklar kendini ifade etme şeklini karşı çıkma ve saldırganlık olarak aktarırlar ve bu şekilde kendilerini kabul ettirmeye çalışırlar. Buna ek olarak bu çocuklar duygu ve düşüncelerini kolay ifade edemez, güvensizdirler kaygılılardır ve diğer kişilere kıyasla iç dünyalarını açmakta oldukça zorlanırlar (King ve ark., 2016). Otoriter ebeveyn tutumu ile yetiştirilmiş olan çocuklar kolayca ağlayan, küsen, tepkisiz kalan, daha geri planda duran, daha hassas ve diğer kişilerin fikrinden kolayca etkilenen bir birey olma eğilimindedirler (Yavuzer, 2013). Otoriter ve Demokratik tutumu sergileyen ebeveynlerin çocukları karşılaştırınca otoriter tutum sergileyen ebeveynlere sahip çocukların obez olma olasılığının okul öncesi dönemde %35, okul çağında ise %41 daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır (Kakinami ve ark., 2015).

Otoriter ebeveyn tutumu ile yetiştirilmiş olan çocuklar kolayca ağlayan, küsen, tepkisiz kalan, daha geri planda duran, daha hassas ve diğer kişilerin fikrinden kolayca etkilenen bir birey olma eğilimindedirler (Yavuzer, 2013). Bu bilgilere istinaden otoriter ebeveyn tutumu çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir.

#### 2.4.2 İzin Verici Boyut:

İzin verici ebeveyn tutumu diğer tutumlara göre daha çok çocuğu merkezde alır ve kuralların, sınırların ve kontrolünün çocuğun elinde olan yaklaşımdır. Bu tür ebeveynler çocuklarına çok ilgi göstermektedir. Buna ek olarak çocuklarına karşı çok hoşgörölü ve anlayışlıdır. Fakat bu ebeveynler genellikle çocukların davranışlarına rehberlik edemez ve kural, sınır belirlemelerde zorlanırlar (Yavuzer ve Demir, 2016). Ebeveynler çocukların birçok isteğini yerine getirdikleri için toplumda çocuklarını şımartan ebeveyn olarak da anılırlar.

“Ben ona hiç hayır diyemiyorum, kıyamıyorum, üzölmesine dayanamıyorum, onu o kadar seviyorum ki” cümlelerini izin verici ebeveynler çok fazla kullanır (Semerci, 2015). Bu ebeveynlerin çocuklarına hayır diyememeleri çocukların kendilerine hem duygusal, sosyal, fiziksel ve psikolojik olarak zarar vermelerine neden olabilir. Bu nedenle yıllar içinde bu ebeveynler bir süre sonra sınır koymaya çalışsalar da olumlu bir geri dönüş alamazlar. Bu tarz yetiştirilmiş çocuklar diğer çocuklara kıyasla okul zamanı kurallara uymakta daha zorlanırlar. Buna ek olarak çocukluk zamanında “hayır” la daha az karşılaşan kişilerin uyum sorunu ve hayal kırıklığı gibi problemleri daha fazla yaşadıkları gözlemlenmektedir. İzin verici ebeveyn tutumuna sahip ailelerin çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ilgilenmedikleri görölmüştür. Bu tipte yetişen çocuklar dürtü kontrolü, akademik başarı ve kendini hoş görmede problem yaşarlar (Eroğlu, 2017).

İzin verici ebeveyn stiline iştah açıcı besin tüketimi ve vücut ağırlığıyla pozitif ilişkisi olduğu ortaya çıkmıştır (Rodenburg ve ark., 2012). Bir diğer çalışmada ise izin verici tutumla yetiştirilmiş çocuklarda demokratik ve otoriter tutumla yetiştirilmiş çocuklara kıyasla obezitenin 3 yıl daha erken ortaya çıktığı saptanmıştır (Olvera & Power, 2010). Bu araştırmalara ek olarak izin verici ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan çocukların televizyon ve bilgisayar oyunları karşısında geçirdikleri sürenin diğer çocuklara kıyasla daha fazla olduğu bulunmuştur (Langer ve ark., 2014). Son olarak ise 2017’de yapılan bir çalışmaya göre ise otoriter ve izin verici ebeveynlik tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarının yemek seçiminde seçici davranışlar gösterebileceği bulunmuştur (Podlesak ve ark., 2017).

İzin verici ebeveynler diğer ebeveyn tutumlarına kıyasla çocuklarına çok daha fazla özgürlük verirler. Bu özgürlük onları kontrol edememelerine hatta bazen de ihmal eden davranışlara neden olur. Her şeye evet veya her şeye hayır demek yanlış bir tutumdur. Bu nedenle izin verici ebeveyn tutumu da sağlıklı bir yaklaşım değildir.

#### **2.4.3 Aşırı Koruyucu Boyut:**

Aşırı koruyucu ebeveyn tutumuna sahip ebeveynler çok fazla endişeye kapılırlar ve çocuklarına zarar gelecek düşüncesi ile oldukça koruyucu ve sınırlayıcı davranış gösterirler. Bu tutumda yetişmiş çocuklarda sorumluluk almada çekinme, özerk olmakta, kendine güvende sıkıntı yaşama ve özgüven problemleri ortaya çıkar. Daima başkasının desteklerini ararlar. Aşırı koyucu ebeveyn tutumu ile yetişen çocuklar sosyal, psikolojik, duygusal bir birey olmakta zorlanırlar. Bu tip ebeveyn tutumuyla yetişen çocuklar yeni bir ortama girdikleri zaman diğer ebeveyn tutumundaki çocuklara kıyasla daha çekingen ve içedönük davranışlar sergilerler (Demir ve Yavuzer, 2016). Bu tutumla yetiştirilen çocuklar, girişimcilik ve kendine güven konusunda yetersiz, çekingen, daima bir başkasının desteğini arayan, sosyal ilişkilerde pasif ve yaşlılarına göre belirli beceriler yönünden yavaş gelişen çocuklardır. Olgunlaşmamış çocuklar olarak görülürler (Demir & Şendil, 2008).

Aşırı koruyucu boyuttaki ebeveynlik tarzı ile yetiştirilen çocukların beden ağırlığı ile ilgili problem 10 yaşa kadar bulunmamıştır fakat bu etkinin ileriki dönemde ortaya çıkabileceği varsayılmıştır (Hancock ve ark., 2014).

Aşırı koruyucu ebeveyn tutumunu benimseyen ebeveynler çocuklarına çok fazla ilgi göstermektedirler ve çocuğun herhangi bir şeyi kendini gerçekleştirmesine izin vermeden dışarıdan sıkı bir denetim uygulanmaktadır (Kuzgun ve Bacanlı, 2005). Bu nedenle aşırı koruyucu ebeveyn tutumu sağlıklı bir yaklaşım değildir.

#### **2.4.4 Demokratik Boyut:**

Demokratik tutumu sergileyen ebeveynler diğer tutumlara kıyasla çocuklarından kurallara uymalarını ve olgun bir davranış sergilemelerini beklerler. Oldukça sıcak ve çocuklarına karşı ilgili, sabırlıdırlar. Çocuklarını dinlerler ve aile

içinde alınacak kararlarda çocuklarının fikirlerini de dahil etmeye çalışırlar (Baumrind, 1966). Bu tür ebeveynlerin çocuklarında güven duygusu, fikirlerini rahatlıkla aktarabilme, yeni şeylere açık olma, sorumluluk alabilme, okul başarısı, güçlü sosyal ilişkiler, kendine yeni şeyler katma ve yaratıcı fikirler üretebilme gibi birçok olumlu davranışlar bulunur (Zahedani ve ark., 2016).

Amerika'da yapılan bir çalışmaya istinaden demokratik ebeveyn tutumunun obeziteye karşı koruyucu nitelikte olduğu saptanmıştır (Vollmer & Mobley, 2013). Başka bir çalışmaya istinaden ise bu ebeveyn stili çocukların meyve tüketimi üzerinde olumlu etkiye sahiptir (Rodenburg ve ark., 2012). Literatürde bulunan araştırmalara istinaden demokratik ebeveyn tutumu sağlıklı beslenme, aktif yaşam tarzı, sağlıklı bir çocukluk dönemi ve daha düşük beden kitle indeksi ile ilişkilidir (Sleddens ve ark., 2011).

Otoriter ebeveyn tutumunda katı sınırlar bulunur ancak çocuklara kendi alanını tanıma ve saygı davranışı yoktur. İzin verici ebeveyn tutumunda ise saygı bulunur fakat sınırlar yok denilecek kadar azdır. Aşırı koruyucu ebeveyn tutumunda ise diğer ikisine kıyasla özgüven oluşumunda ve özerlik oluşumunda problemler oluşur. Demokratik ebeveyn tutumunda ise hem sınır bulunur hem de ebeveynler çocuklarına saygı duyarlar (Mackenzie, 2014). Demokratik ebeveynlik yaklaşımını tercih eden ebeveynler çocuklarına ihtiyaçları kadar yakınlık ve ilgi gösterir. Çocuklarına hem sözel olarak hem de dokunsal olarak sevgilerini belli ederler.

Çocukları ile birlikte ortak faaliyetlerde bulunurlar ve aile içinde bir karar alırken onlara da danışırlar (Yavuzer, 2016). Bu tutumda ebeveynler çocuklara seçenekler sunar ve onlardan birisini tercih etmeleri beklenir. Bu sayede ebeveyn sınırı çizebilir ve hem çocuk ise seçme hakkı ile sorumluluk almayı öğrenir. Bu nedenle demokratik yaklaşım hem ebeveynin hem de çocuğun kazandığı bir yaklaşım türüdür (Mackenzie, 2014).

#### **2.4.5 Ebeveyn Tutumu ve Dürtüsellik Arasındaki İlişki**

Sosyal etkileşim ergenlerin yaşamının önemli bir parçasını kapsar. Ergen kişilerin kişilik özellikleri ise anne baba tutumuna bağlı olarak oluşur ve ergenlerinin gelişimini etkileyerek ruhsal yapılarının temellerini oluşturur (Özkan, 2014). Ebeveynler çocuklarına karşı sergiledikleri tutumlarıyla ve kendi sosyal çevrelerindeki ilişkileriyle kendi çocuklarına model olacaktır. Ebeveynlerin bu tutumları çocuklarında olumlu veya olumsuz belli davranışların yerleşmesine neden olacaktır (Durualp ve Aral, 2011).

Ebeveyn tutumları ile ergenlerin özellikleri arasında karşılıklı bir etkileşim bulunmaktadır. Bu etkileşim hem olumlu hem de olumsuz yönde meydana gelmektedir. Ebeveynlerin davranım bozukluğu ve dürtüsellik arasında ilişki olduğu bilinmektedir (Vasta ve ark., 1992). Aynı ilişki dürtüsel kişiler ve ebeveynleri arasında da vardır. Dürtüsel davranış sergileyen çocuklarının ailelerinin onları kontrol etmek ve dürtüsünü bastırmak adına daha otoriter ve katı davrandıkları bulunmuştur (Johnston ve ark., 2002; Johnston ve Jassy 2007).

## **BÖLÜM 3**

### **YÖNTEM**

#### **3.1 Yöntem**

Bu bölümde örneklem, veri toplama araçları, işlem yolu, veri analizi hakkında bilgilere yer verilecektir. Bu araştırmanın yöntemi ilişkisel tarama desenlidir. Genel tarama modeli türlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasında, birlikte değişim varlığı ve derecesini belirlemeyi hedefleyen bir araştırma modelidir (Fraenkel ve Wallen, 2009; Karasar, 2005).

#### **3.2 Örneklem ve Evren**

##### **3.2.1 Evren**

Araştırmanın evreni İstanbul'da yaşan 14 ile 18 yaş arası lise öğrencilerinden oluşmuştur. Bu çalışmada, örneklem seçim Kolay Örneklem yöntemidir.

##### **3.2.2 Katılımcı Verilerin Toplanması**

Bu araştırmanın katılımcıların verilerinin toplanması İstanbul ili Avrupa bölgesinde olan Anadolu Lisesi, Turizm Meslek Lisesi ve Özel Lise öğrencilerinden oluşmuştur.

TÜİK'in 2018'de yayınladığı veriler doğrultusunda Türkiye'de 14-18 yaşları arasındaki kişi sayısının yaklaşık 6.400.000 olduğu bulunmuştur (TÜİK, 2018). Bu sonuçlara göre Raosoft Örneklem Hesaplama Aracı ile yapılan analiz sonucunda tavsiye edilen minimum örneklem sayısı 385 olarak hesaplanmıştır. Örneklem büyüklüğü hesaplamasında, %95 güven aralığı ve %5 hata payı olması esas



alınmıştır. Toplamda 400 katılımcının yer aldığı bu çalışmada işleme ve dışlama kriterleri aşağıdaki gibidir.

#### Çalışmanın İşleme Kriterleri

1. 14-18 yaş aralığında olmak
2. Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı örgün eğitime devam ediyor olmak

#### Çalışmanın Dışlama Kriterleri

1. DSM V ölçütlerine göre herhangi bir psikiyatrik tanı almış olmak
2. Psikiyatrik tedavi sürecinde kullanılan herhangi bir ilaç kullanıyor olmak
3. Tüp mide ameliyatı geçirmiş olmak
4. Şeker, tansiyon vb. süren hastalığı varsa ve bu hastalıklarla ilgili ilaç kullanıyor olmak
5. Diyet tedavisi alıyor olmak

### 3.2.3 Katılımcıların Demografik Özellikleri

133 devlet okulu, 133 meslek lisesi ve 134 özel okulda okuyan 14-17 yaş arasındaki 400 ergenin yer aldığı bu araştırmaya ilişkin demografik bilgileri Tablo 3.1'de yer almaktadır. Araştırmanın analiz aşamasına başlamadan önce 400 katılımcılı bir örneklemin söz konusu olduğu bu çalışmada işleme ve dışlama kriteri dolayısıyla 45 katılımcıdan elde edilen veriler analizlere katılamamıştır. Bu katılımcılardan 12 tanesi hali hazırda almış olduğu psikiyatrik tanı ile tedavilerini sürdürüyorken, 23 tanesi hali hazırda diyet tedavisine devam etmektedir ve 10 katılımcı ise şeker, tansiyon vb. süren hastalığı bulunması dolayısıyla, bu katılımcılardan elde edilen veriler araştırmaya eklenememiştir.

Tablo 3.1  
Katılımcıların Demografik Bilgileri

	N	%
Cinsiyet		
	400	
Kadın	177	%44,3
Erkek	223	%55,8
Yaş Türü		
14	141	%35,3
15	147	%36,8
16	88	%22,0
17	24	%6
Okul Türü		
Devlet Lisesi	133	%33,3
Özel Okul	134	%33,5
Meslek Lisesi	133	%33,3
Sınıf Türü		
Hazırlık	29	%7,3
Lise 1	287	%71,8
Lise 2	40	%10,0
Lise 3	44	%11,0
Okul Başarıları		
Düşük	25	%6,3
Orta	282	%70,5
Yüksek	93	%23,3
BKİ		
Zayıf	90	%22,5
Normal Kilolu	261	%65,3
Fazla Kilolu	35	%8,8
Obez	14	%3,5
Kardeş Sayısı		
0	72	%18,0
1	214	%53,5
2	84	%21,0
3 ve 3 +	30	%7,5
Kaçınıcı Çocuk		
1	203	%50,8
2	151	%37,8
3	40	%10,0
4 ve 4 +	6	%1,5

Tablo 3.1  
Katılımcıların Demografik Bilgileri

Anne Eğitim			
	İlkokul	67	%16,8
	Ortaokul	90	%22,5
	Lise	117	%29,3
	Ön Lisans ve Üniversite	97	%24,3
	YL ve Doktora	29	%7,3
Baba Eğitim			
	İlkokul	73	%18,3
	Ortaokul	85	%21,3
	Lise	117	%29,3
	Ön Lisans ve Üniversite	96	%24,0
	YL ve Doktora	29	%7,3
Aile Yaşam			
	Anne ve Baba Beraber	327	%81,8
	Anne ile	59	%14,8
	Baba ile	14	%3,5
Ebeveyn Tutumu			
	Demokratik	118	%29,5
	İhmalkâr	113	%28,3
	Otoriter	94	%23,5
	İzin Verici	75	%18,8
Gelir Düzeyi			
	0- 2.000	29	%7,3
	2.001- 3500	67	%16,8
	3501- 4500	74	%18,5
	4501+	230	%57,5

Tablo 3.1'deki veriler incelendiğinde, %44,3'ün kız katılımcıların (n=177), %55,8'ini de erkek katılımcıların (n=223) oluşturulduğu görülmektedir.

Katılımcıların yaş aralıklarına bakıldığında ise örneklemin %35,3'ünü (n=141) 14 yaşında, %36,8'ini (n=147) 15 yaşında, %22,0'ını (n=88) 16 yaşında ve %6,0'ını (n=24) 17 yaşındaki ergenlerin oluşturduğu görülmektedir.

Katılımcıların %33,3'ü (n=133) devlet lisesinde okurken, %33,5'i (n=134) özel lisede ve %33,3 'ü (n=133) meslek lisesinde öğrenim görmektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin %7,3'ü (n=29) hazırlık sınıfındayken, %71,8'i (n=287) lise birinci sınıfta, %10,0'u (n=40) lise ikinci sınıfta ve %11,0(n=44) lise üçüncü sınıfta öğrenim görmeye devam etmektedir.

Katılımcıların algılanan okul başarıları incelendiğinde ise %6,3'nün (n=25) başarı düzeyini düşük olarak değerlendirdiğini, %70,5'un (n=282) başarı düzeyini orta olarak değerlendirdiğini ve %23,3'ün (n=93) başarı düzeyini yüksek olarak değerlendirildiği görülmektedir.

Katılımcıların bilgisini paylaştığı boy ve kilo oranlarına göre beden kütle indeksleri ise %22,5'un (n=90) zayıf, %65,3'ü (n=261) normal kilolu, %8,8'i (n=35) fazla kilolu ve %3,5'u (n=14) obez olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin %18'nin (n=72) kardeşi yokken, %53,5'nin (n=214) bir kardeşi, %21,0'ın (n=84) iki kardeşi ve %7,5'un (n=30) üç ve üzeri kardeşi bulunmaktadır.

Diğer yandan katılımcıların %50,8'nin (n=203) birinci çocuk olarak dünyaya geldiği, %37,8'nin (n=151) ikinci çocuk olarak dünyaya geldiği, %10,0'nun (n= 40) üçüncü çocuk olarak dünyaya geldiği ve %1,5'unn (n=6) dört ve üzeri çocuk olarak dünyaya geldiği bilinmektedir.

Katılımcıların beraber yaşadığı kişilere bakıldığında %81,8'i (n=327) annesi ve babası ile beraber yaşarken, %14,8'i (n=59) annesiyle ve %3,5'u (n=14) ise babası ile beraber yaşadığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin ebeveynlerin tutumları incelendiğinde ise %29,5'u (n=118) demokratik tutum sergilerken, %28,3'ü (n=113) ihmalkâr tutum sergilemektedir. Otoriter tutum sergileyen ebeveynler %23,5 (n=94) iken, izin verici tutum sergileyen ebeveynler ise %18,8'dir (n=75).

Aile eğitim düzeyine bakıldığında ise bu çalışmada katılımcıların %16,8'nin (n=67) annelerinin %18,3 'ün (n=73) babalarının ilkökul mezunu olduğu görülmektedir. Ortaokul mezunu annesi olanların oranı %22,5 iken (n=90), ortaokul mezun babası olanların oranı %21,3 (n=85) olmuştur. Lise mezunu anneye sahip olan çocukların oranı %29,3 iken (n=117), lise mezunu babaya sahip olan çocukların oranı %29,3 (n=117) olmuştur. Lisans ya da ön lisan mezunu anneye sahip olan çocukların oranı %24,3 iken (n= 97), aynı eğitim düzeyine sahip babası olan çocukların oranı %24 (n=96) olmuştur. Son olarak anneleri lisans üstü ve doktora düzeyinde eğitim alan annelerin çocukların oranı %7,3 iken (n= 29), lisansüstü ve doktora düzeyinde eğitim alan çocukların babaların oranı %7,3 (n= 29) olmuştur.

Katılımcıların ailelerinin sosyoekonomik durumun da incelediği bu çalışmada aile geliri aylık 2.000 TL ve altında olan ergenlerin oranı %7,3 iken(n=29), gelir düzeyi 2.000 TL ve 3500 TL arasında değişen aileye sahip çocukların oranı %16,8'dir (n=67). Aylık gelir düzeyi 3501 TL ve 45000 TL arasında değişen bir ailede büyüyen çocukların oranı %18,5 iken (n=74), 4,5001 TL ve üstünde bir aileye sahip olan çocukların oranı %57,5 (n=230) olmuştur.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Bireylerden ölçek yolu ile edinilemeyecek olan demografik bilgilerini öğrenmek amacıyla Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu araştırmada kullanılan ölçekler; Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11, Duygusal Yeme Ölçeği ve Anne -Baba Tutum Ölçeğidir.

#### **3.3.1 Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu**

Sosyodemografik Bilgi formu aracılığıyla lise öğrencilerinden oluşan katılımcılara ait cinsiyet, yaş, sınıf, gelir durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, boy ve

kilo oranı alınması amaçlanmıştır. Kullanılan Sosyodemografik Bilgi Formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır (Bkz. Ek-1).

### 3.3.2 Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11

Baratt Dürtüsellik Ölçeği-11 dürtüsellik değerlendirmede kullanılan hastanın doldurduğu bir ölçektir. Bu ölçek otuz maddeden oluşur ve kendi içinde üç alt ölçeği vardır. Bu ölçekler; dikkat (dikkatsizlik ve bilişsel düzensizlik), motor (motor dürtüsellik, sabırsızlık) ve plan yapmamadır (kontrolünü sağlayamama, bilişsel karışıklığa tahammülsüzlük). Barratt Dürtüsellik Ölçeği değerlendirilirken 4 farklı alt puan elde edilir; toplam puan, plan yapmama, dikkat ve motor dürtüsellik puanlarıdır. Toplam puan ne kadar yüksekse hastanın dürtüsellik düzeyi o kadar yüksektir. Birinci alt boyut olan dikkatin 5, 6, 9, 11, 20, 24, 26, 28 skoru numaralı sorulardan elde edilen puanlarla belirlenirken, ikinci alt boyut olan motorun skoru 2, 3, 4, 17, 19, 21, 22, 23, 25, 30 numaralı sorulardan elde edilen puanlarla belirlenmektedir. Üçüncü alt boyut olan planın skoru 1, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 18, 27, 29 numaralı sorulardan elde edilen skorlarla belirlenmektedir. Ölçeğin puanlamaları yapılırken 1, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 20, 29, 30 maddelerine verilen puanlar tersine çevrilerek puanlanır (Tamam ve ark., 2013).

Barratt Dürtüsellik- 11 ölçeğinin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Güleç ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçeğin Cronbach alfa değeri .79 düzeyinde iken, alt ölçekleri için .80-.85 arasında olduğu görülmüştür. Bu ölçeğin Türkçe versiyonunda Cronbach alfa değerinin toplam ölçek için .82 iken, alt ölçekler için .64-.80 arasında olduğu görülmüştür (Tamam ve ark., 2013). Ülkemizde ergenlerle ve yapılan çeşitli çalışmalarda kullanılmıştır (Akın& Berkem, 2012; Demirci ve ark., 2016; Çakmak ve ark., 2018; Ertekin, 2019). Bizim örneklemimizle yapılan güvenilirlik analizi sonucu elde edilen Croncha alpa değeri toplam ölçek için . 72 bulunmuştur (Bkz. Ek-2). Ayrıca hem normal hem de klinik gruplarda yapılan çok çeşitli çalışmalarda geniş bir şekilde kullanılmıştır. Basitlik ve hızlı uygulanabilir olması nedeni ile depresyon, bipolar bozukluk, alkol ve madde kullanım bozuklukları, dürtü kontrol bozuklukları, yeme bozuklukları ve kişilik bozuklukları

gibi hasta gruplarıyla yapılan çalışmalarda yaygın şekilde uygulanmıştır (Tamam ve ark., 2013).

### 3.3.3 Duygusal Yeme Ölçeği

Duygusal yeme ölçeği 10-18 yaş aralığında çocuk ve ergenlerde duygusal yeme durumunu değerlendirmek için geliştirilmiş özel bir ölçektir. Bu ölçek Tanofsky-Kraff ve arkadaşları (2007) tarafından ve geçerlik güvenirliği ise Bektaş ve arkadaşları (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Duygusal Yeme Ölçeği duygusal durum ile ilişkili yeme davranışlarını tanımlayan 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçek yeme sebebi olarak 3 alt boyuta ayrılmaktadır ve bu ölçekten 4 puan elde edilmektedir; huzursuz duygu durum kaygı- öfke- hayal kırıklığı, depresif belirtiler, toplam puandır. Birinci alt boyut olan belirtilen Huzursuz duygu durumun skoru 8, 9, 10,11, 12, 14, 15, 18, 21, 22, 23, 24, 25 numaralı sorulardan elde edilen puanlarla belirlenirken, ikinci alt boyut olan kaygı- öfke- hayal kırıklığı skoru 1, 2, 3, 4, 5, 6 numaralı sorulardan elde edilen puanlarla belirlenmektedir. Üçüncü alt boyut olan depresif belirtiler skoru ise 7, 13, 17, 19, 20 numaralı sorulardan elde edilen skorlarla belirlenmektedir. Bu ölçek çocuk ve ergenler duygusal yeme durumlarını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

Bu ölçek beşli likert sistemine göre hazırlanmıştır ve ölçekte “1=Çok az yemek isterim, 5=Aşırı yemek isterim” şeklinde cevaplandırılmaktadır. Ölçek 26 maddeden oluşup, mutlu olma maddesi puanlamaya katılmamaktadır. Ölçekten en az 25, en fazla 125 puan alınmakta olup, alınan puan arttıkça, negatif duygu durumuna cevap olarak yeme davranışının arttığı görülmektedir (Bektaş ve ark., 2016). Orijinal ölçeğin kaygı- öfke- hayal kırıklığı, depresif belirtiler, huzursuz duygu durum alt boyutları için Cronbach alfa katsayıları sırası ile .95, .92 ve 0.83 iken Türkçe versiyonunda. .86, .76, .72'dir. Bizim örneklemimizle yapılan güvenirlik analizi sonucu elde edilen Croncha alpa değeri ise .92 bulunmuştur (Bkz. Ek-3).

### 3.3.4 Anne -Baba Tutum Ölçeği (ABTÖ)

Anne-Baba Tutum Ölçeği, 1991 yılında Lamborn, Mounts, Steinberg ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Yılmaz (2000) tarafından ise Türkçe uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçek 26 maddeden oluşmaktadır. Kabul/ilgi, Kontrol/denetleme ve Psikolojik özerklik olmak üzere üç alt boyutu vardır. Likert-tipi ölçeğin Kabul/ilgi boyutundan alınabilecek en düşük değer 9, en yüksek değer 36 iken Kontrol/denetleme boyutundan alınabilecek en düşük değer 5, en yüksek değer 23'dür. Üçüncü alt boyut olan Psikolojik özerklik boyutundan alınabilecek en düşük değer 7, en yüksek değer 28'dir. Boyut Adı ilgili Maddeler Kabul/ilgi boyutu 1, 5, 7, 9, 11, 12 15, 17 Kontrol/denetleme boyutu 19, 20, 21, 24, 26 Psikolojik özerklik boyutu 2, 4, 8, 10,16, 18 (Yılmaz, 2000). Değerlendirme aşamasında kabul/ ilgi alt boyutunda tek numaralı maddeler aynen alınmış, psikolojik özerlik boyutu için ise değerlendirme aşamasında çift numaralı maddeler tersten puanlanmış, sadece 12'inci madde düz olarak puanlanmıştır. Kontrol/ denetleme alt boyutunda ise ilk iki madde de 'Hayır' cevabı için 7, 'istediğim saate kadar' cevabı için 1 olacak şekilde 1 ve 7 arasında puan alacak şekilde hazırlanmıştır. 21. Sorudan itibaren 'hiç çaba göstermez' cevabı 1, 'çok az çaba gösterir' cevabı için 2 ve 'çok çaba gösterir' cevabı için 3 şekilde puanlanmıştır.

Ölçek alt boyutlarına göre dört anne-baba tutumu ayırt edilmiştir. Bunlar; demokratik tutum, izin verici/ihmalkâr tutum, otoriter tutum, izin verici tutumdur. Ölçekte "Kabul/ilgi" ve "Kontrol/denetleme" boyutunda ortancanın üzerinde puan alan ergenlerin anne-babaları "demokratik", altında puan alanlar ise "izin verici-ihmalkâr" olarak adlandırılmaktadır. "Kabul/ilgi" boyutunda ortancanın altında ve "Kontrol/denetleme" boyutunda ortancanın üzerinde puan alan ergenlerin anne-babaları "otoriter"; "Kabul/ilgi" boyutunda ortancanın üzerinde ve "Kontrol/denetleme" boyutunda ise ortancanın altında puan alan ergenlerin anne-babaları "izin verici-hoşgörülü" olarak adlandırılmaktadır (Yılmaz, 2000).

ABTÖ için birinci boyuttaki Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .72, ikinci boyuttaki iç tutarlık katsayısı .76 ve üçüncü boyuttaki iç tutarlık katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, çocuk, ergen ve yetişkinler



üzerinde üç grup halinde yapılmıştır. Lise öğrencileri için güvenilirlik katsayıları ve iç tutarlık katsayıları sırasıyla; kabul/ilgi alt ölçeği .82 ve .70, denetleme alt ölçeği için .88 ve .69, psikolojik özerklik alt ölçeği için .76 ve .66 olarak bulunmuştur. Cronbach Alfa değerleri incelenmiş ve liseler için .75 bulunmuştur. Bizim örneklemimizle yapılan güvenilirlik analizi sonucu elde edilen Cronbach alfa değeri ise kabul/ilgi alt ölçeği için .72, denetleme alt ölçeği için .69 ve psikolojik özerklik alt ölçeği için ise .68 bulunmuştur (Bkz. Ek-4).

Tablo 3.2  
Anne- Baba Tutumu Ölçeğinin Alt Ölçekleri

	Kabul/ İlgı (Birinci boyut)		Denetleme (İkinci Boyut)	
	Yüksek	Düşük	Yüksek	Düşük
Demokratik	*		*	
İhmalkâr		*		*
Otoriter		*	*	
İzin verici- Hoşgörü	*			*

### 3.4. İşlem Yolu

Araştırmanın kurgulanmasının ardından ilk adım olarak Işık Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler bölümünden izin alınmıştır. İlgili başvurunun ardından Lise örnekleme ile çalışmak adına İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğüne İstanbul İl’indeki tüm liselerde çalışabilmek adına izin alınmıştır. Araştırma İstanbul’da Avrupa yakasında bulunan Etiler Anadolu Lisesi, Etiler Turizm ve Meslek Lisesi ve Işık Lisesinde gerçekleştirilmiştir.

Veri toplama sürecinde katılımcıların araştırma örneklemine dahil edebilmeleri için 14-18 yaş aralığında bulunmaları esas alınmıştır. Uygulama öncesi, ilk olarak lise öğrencilerinin ebeveynlerine “Ebeveyn Bilgilendirilmiş Onay Formu” verilerek araştırmanın amacı ve konusu hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Katılımcılar ölçeği doldurmadan önce, çocuklarının çalışmaya gönüllü olarak katılabileceği konusunda bilgilendirilmiş onam formunu imzalayıp geri vermeleri istenmiştir. Lise öğrencilerine de “Bilgilendirilmiş Onam Formu” verilerek araştırmanın amacı ve içeriği konusunda bilgi verilip, gönüllü olarak katıldıklarını

göstermek amacıyla form imzalayıp geri vermeleri istenmiştir. Daha sonra katılımcılara Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu, Baratt Dürtüsellik Ölçeği-11, Duygusal Yeme Ölçeği ve Anne- Baba Tutum Ölçeği içeren bir ölçek seti verilmiş ve doldurmaları istenmiştir. Bir ay süren veri toplama sürecinin ardından toplamda 400 katılımcıya ulaşılmış ve elde edilen verilerin değerlendirilmesi amacıyla istatistiksel analiz sürecine başlanmıştır.

### 3.5. Veri Analizi

Araştırmada toplamda 400 katılımcıya ulaşılmış ve katılımcılardan elde edilen veriler SPSS. 22 İstatistiksel Veri Analiz Programı kullanılarak değerlendirilmiştir. İlk önce katılımcıların duygusal yeme, dürtüsellik, kabul/ilgi, kontrol/denetleme ve psikolojik özerlik arasındaki ilişkilere odaklanmış ve bu ilişkide kabul/ilgi, kontrol/denetleme ve psikolojik özerkliğin medyatör görevlerinde olup olmadığı test edilmiştir. Modelin yordanan değişkeni duygusal yeme olarak belirlenirken, yordayıcı olarak dürtüsellik değişkeni olarak belirlenmiştir.

Baron ve Kenny'nin modeli olan medyatör etki analizi modeli kullanılmıştır. Analiz kısmına geçmeden önce medyatör etkisinin anlamlılığını ölçmek adına analizin 4 önemli koşulu karşılayıp karşılamadığı kontrol edilmiştir. Bu 4 koşula göre yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasındaki korelatif ilişkinin anlamlı olması, yordayıcı değişken ile medyatör değişken arasındaki ilişkinin anlamlı olması beklenir. Buna ek olarak yordayıcı ve medyatör değişkenin yordanan değişken üzerindeki etkisinin anlamlı olması ve son olarak da medyatör değişken kontrol edildiğinde yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasındaki korelatif etkinin anlamsız olması beklenir (Baron ve Kenny,1986). Medyatör analizinin yapılabilmesi için istatistiksel işlem değişkenler arası ilişkileri incelemek adına Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Medyatör etki sınamaları için ise doğrusal hiyerarşik medyatör regresyon analizleri yürütülmesi beklenmiştir. Bu çalışmanın yan amacı kapsamında dürtüsellik ve duygusal yemenin etkisinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da araştırılmış ve bu doğrultuda T Test ve Anova uygulanmıştır. Son olarak, sosyodemografik değişken sonuçlarının anlamlılık düzeylerine bakılması adına Tukey testi uygulanmıştır.

## BÖLÜM 4

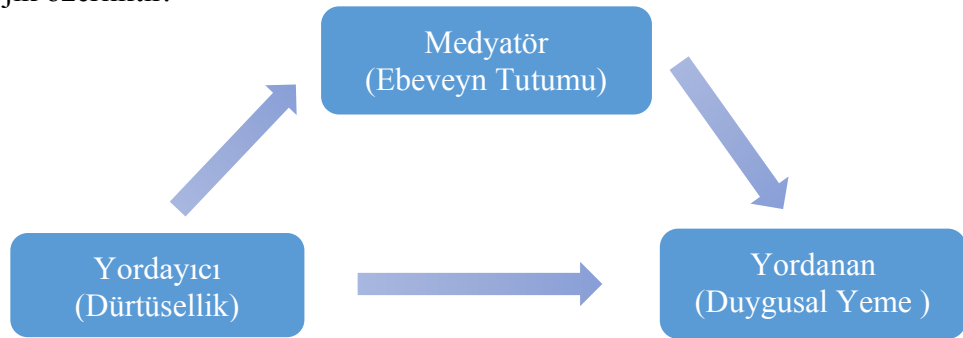
### BULGULAR

Bu bölümde çalışmaya dair bulguların istatistiki sonuçları ele alınmış ve tablolar halinde sunulmuştur.

#### 4.1.Dürtüsellik, Duygusal Yeme ve Ebeveyn Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

##### 4.1.1 Medyatör Etki Analizi

Çalışmanın bu adımında katılımcıların, duygusal yeme, dürtüsellik ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkilerine odaklanılmıştır. Şekil 4.1’de gösterildiği üzere ebeveyn tutumunun dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkide medyatör görevinde olup olmadığının test edildiği bu analizde yordanan değişkeni katılımcıların duygusal yemesi, yordayıcı değişkeni katılımcıların dürtüsellik durumu ve medyatör (aracı) değişken ise ebeveyn tutumu düzeyleri olarak belirlenmiştir. Ebeveyn tutumunu regresyon analizine dahil edebilmek adına üç kategoride toplanmıştır. Bu üç kategori ise kabul/ilgi, kontrol/denetleme ve psikolojik özerliktir.



Şekil 4.1  
Dürtüsellik ve Duygusal Yeme arasındaki ilişkide Ebeveyn Tutumunun Medyatör Etkisi

Anlamli bir medyatör etkiden söz edebilmek adına Baron ve Kenny'e istinaden (1986) 4 koşuldan bahsedilmektedir. Bu koşullardan birincisi yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasında korelatif ilişkinin anlamli olması ile ortaya çıkmaktadır. İkici koşul ise yordayıcı değişken ile medyatör değişken arasındaki ilişkinin anlamli olmasıdır, üçüncü ise yordayıcı ve medyatör değişkenin yordanan değişken üzerindeki etkisinin anlamli olmasıdır. Son koşul ise medyatör değişken kontrol edildiğinde yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasındaki korelatif etkinin anlamsız olmasıdır (Baron ve Kenny, 1986).

Medyatör analizi yapabilmek adına ilk olarak değişkenlerin normallik skorlarına bakılmış ve elde edilen Tablo 4.1'de aşağıda gösterilmiştir.

Tablo 4.1.  
Normallik Dağılımı

Ölçek	Mean	SD	Skewness	Kurtosis
BDÖ	61,6	8,5	-0,376	,2,063
DYÖ	58,3	14,5	0,724	0,729
Kİ	26,8	5,6	-0,934	0,903
KD	13,8	1,7	0,197	1,389
PÖ	11,7	3,1	0,931	0,898

Not: DYÖ duygusal yeme ölçeğini, BDÖ baratt dürtüsellik ölçeğini, Kİ anne- baba tutumu ölçeğinin alt ölçeği olan kabul/ ilgi ölçeğini, KD anne- baba tutumu ölçeğinin alt ölçeği olan kontrol/denetleme ölçeğini, PÖ anne- baba tutumu ölçeğinin alt ölçeği olan psikolojik özerklik ölçeğini temsil etmektedir. \*p<.05, \*\*p<.01

Tablo 4.1'de görüldüğü üzere DYÖ, Kabul/İlgi, Kontrol/ Denetleme ve Psikolojik Özerklik normal dağılım gösterirken BDÖ normal dağılım göstermemektedir. Fakat George ve Mallery'e göre (2010) basıklık ve çarpıklık değerlerin -3+3 aralığında yer alması durumunda ölçek puanlarının dağılımı, normal dağılıma uygun olarak kabul edilmektedir (George & Mallery, 2010). Bu nedenden dolayı, BDÖ dağılımı normal olarak kabul edilmektedir ve hipotez testlerinde parametrik testler kullanılmıştır.

Medyatör analizi yapılabilmesi için değişkenler arası ilişkinin kontrolü gereklidir ve bu nedenle ilk adım olarak Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen veriler Tablo 4.2’ de gösterilmiştir.

Tablo 4.2

Katılımcıların Dürtüsellik ve Duygusal Yeme ile Ebeveyn Tutumu Değişkeni Arasındaki Korelasyonları

ÖLÇEK	BDÖ (n=400)	DYÖ (n=400)	Kİ (n=400)	KD (n=400)	PÖ (n=400)
BDÖ	1				
DYÖ	,143**	1			
Kİ	,117*	0,096	1		
KD	,137**	0,06	-0,077	1	
PÖ	0,034	0,051	,113*	,103*	1

Not: BDÖ baratt dürtüsellik ölçeğini, DYÖ duygusal yeme ölçeğini, Kİ anne- baba tutumu ölçeğinin alt ölçeği olan kabul/ ilgi ölçeğini, KD ölçeğinin alt ölçeği olan kontrol/denetleme ölçeğini, PÖ ebeveyn tutumu ölçeğinin alt ölçeği olan psikolojik özerklik ölçeğini temsil etmektedir. \*p<.05, \*\*p<.01

Tablo 4.2’de görüldüğü üzere çalışmanın yordayıcı değişkeni dürtüsellik, çalışmanın yordanan değişkeni duygusal yeme arasındaki korelatif ilişkiler anlamlıdır. Yordayıcı değişken dürtüsellik ve aracı değişken anne ve baba tutumu ölçeğinin alt ölçeklerinden olan kabul/ilgi ve kontrol/denetleme ölçekleri ile arasındaki korelatif ilişki anlamlıdır. Fakat yordanan değişken duygusal yeme ile aracı değişken olan anne ve baba tutumu ölçeğinin alt ölçeklerinin tümü ile arasındaki ilişki anlamsız olmasından ötürü analiz gerçekleştirilmemiştir. Baron ve Kenny’e göre anlamlı bir medyatör etkiden bahsedebilmek adına gerekli olan koşulların sağlanmaması nedeniyle medyatör analizi yapılamamıştır.

#### 4.2. Yan Amaçların Sınanması ve Sosyodemografik Değişkenlerle İlgili Betimsel Analizler

Bu bölümde araştırmanın yan amaçları doğrultusunda dürtüsellik ve duygusal yeme ölçeklerinin puanın sosyodemografik değişkenlere göre nasıl

farklılaştığını dair bulgular raporlanacak ve her bir bağımlı değişken adına bulunan bulgular ayrı şekilde sunulacaktır.

#### **4.2.1. Baratt Dürtüsellik Ölçeğinden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Araştırmanın bu bölümünde literatür verilerine göre dürtüsellik ile ilgili olabileceği düşünülen sosyodemografik özellikler incelenmiş T test ve tek yönlü varyans analiz (Anova) tekniği kullanılarak olası etiklerin analizi yapılmıştır. BDÖ'den elde edilen etkileri puanlara dair yapılan analizden elde edilen veriler Tablo 4.7'de gösterilmiştir.

Şekil 4.3  
Sosyodemografik Özelliklere Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğinin One-Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Sosyo- Demografik Özellikler	BDÖ			Etki Düzeyleri	
	$\bar{x}$	SS	N	T/F	P
Cinsiyet				0,222	0,638
Erkek	61,5	9,06	223		
Kız	61,9	7,69	177		
Toplam	61,7	8,48	400		
Yaş				1,81	0,145
14	62,7	7,63	141		
15	61	9,77	147		
16	60,7	7,65	88		
17	63,3	6,81	24		
Toplam	61,7	8,48	400		
Okul Türü				5,429	0,005*
Devlet okulu	61,5	7,01	133		
Özel Okul	63,4	6,33	134		
Meslek Lisesi	60	11	133		
Toplam	61,7	8,47	400		
Sınıf Türü				0,515	0,672
Hazırlık	62,3	7,28	29		
Lise 1	61,6	8,97	287		
Lise 2	60,7	5,4	40		
Lise 3	62,5	8,2	44		
Toplam	61,7	8,48	400		
Okul Başarısı				2,585	0,077
Düşük	63	11,1	25		
Orta	61	8,51	282		
Yüksek	63,2	7,37	93		
Toplam	61,7	8,48	400		
BKİ				0,865	0,459
Zayıf	62,6	8,13	90		
Normal Kilolu	61,2	8,43	261		
Fazla Kilolu	61,8	10,3	35		
Obez	63,6	6,31	14		
Toplam	61,7	8,48	400		

Not: Cinsiyet değişkeni için T değeri verilmiştir, \*p<.05

Şekil 4.3

Sosyo demografik Özelliklere Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğinin One-Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Kardeş Sayısı				3,294	0,021*
0	61,2	6,68	72		
1	62,5	7,81	214		
2	59,3	10,59	84		
3 ve 3 +	63,2	9,27	30		
Toplam	61,7	8,48	400		
Kaçınıcı Çocuk				0,333	0,801
1	61,8	7,35	203		
2	61,3	9,53	151		
3	62,5	9,54	40		
4 ve 4+	59,7	10,1	6		
Toplam	61,7	8,48	400		
Anne Eğitim				4,001	0,003*
İlkokul	60	7,84	67		
Ortaokul	60,6	8,7	90		
Lise	63,6	7,5	117		
Üniversite	60,5	9,45	97		
YL ve Doktora	64,7	7,69	29		
Toplam	61,7	8,48	400		
Baba Eğitim				6,199	0,00*
İlkokul	58,3	11	73		
Ortaokul	60,3	8,17	85		
Lise	64	7,88	117		
Üniversite	62,1	6,38	96		
YL ve Doktora	63,4	7,9	29		
Toplam	61,7	8,48	400		
Aile Yaşam				0,516	0,597
Berber	61,6	8,57	327		
Anne	62,4	8,28	59		
Baba	60	7,3	14		
Toplam	61,7	8,48	400		

Not: Cinsiyet değişkeni için T değeri verilmiştir, \*p<.05



Şekil 4.3

Sosyo demografik Özelliklere Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğinin One-Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Ebeveyn Tutumu				3,386	0,018*
Demokratik	62,1	7,26	118		
İhmalkâr	62	8,12	113		
Otoriter	62,9	8,27	94		
İzin Verici	59	10,4	75		
Total	61,7	8,48	400		
Gelir Düzeyi				13,847	0,00*
Asgari	63	9,8	29		
2021 TL-3500 TL	56,5	10,3	67		
3501 TL-4500 TL	60,3	7,66	74		
45001 TL+	63,4	7,23	230		
Toplam	61,7	8,48	400		

Not: Cinsiyet değişkeni için T değeri verilmiştir, \*p<.05

Cinsiyet değişkeninin BDÖ ile olan ilişkisine odaklanan bu adımda, T test uygulanmıştır. Tablo 4.3'e istinaden araştırmaya katılan kızların  $\bar{x}=61,9$  iken erkeklerin aynı testten elde ettikleri puanların ortalaması  $\bar{x}=61,5$ 'tur. Kızların dürtüsellik puanları erkeklere oranla daha yüksek olmasına rağmen, her iki grubun ortalaması arasında fark ve cinsiyet değişkenin dürtüsellik üzerine fark anlamlı bulunmamıştır (T= 0,222). Bir sonraki adımda ise tüm değişkenlerde Anova testi uygulanmıştır. Buna ek olarak, yaş (F= 0,1810), sınıf türü (F= 0,515), okul başarısı (F= 2,585), BKİ (F= 0,865), kaçınıcı çocuk oldukları (F= 0,333) ve aile yaşamlarına (F= 2,585) göre karşılaştırıldığında aralarında istatistiksel fark bulunamamıştır (p> 0.05).

Araştırmaya katılan kişilerin BDÖ puanları okul türü, kardeş sayısı, anne eğitim, baba eğitim, ebeveyn tutumu ve gelir düzeyine göre karşılaştırıldığında ise aralarında istatistiksel fark bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu

belirlemek için ise Tukey testi yapılmıştır. Sonuçlar tablo 4,5,6,7,8 ve 9'da görülmektedir.

Tablo 4.4

Araştırma Grubunun Okul Türüne Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Araştırmasını Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Okul Türü	Ortalama Farkı	P
Devlet Okulu	Özel Okul	-1,88413	,159
	Meslek Lisesi	1,48872	,317
Özel Okul	Devlet Okulu	1,88413	,159
	Meslek Lisesi	3,37285*	,003
Meslek Lisesi	Devlet Okulu	-1,48872	,317
	Özel Okul	-3,37285*	,003

\*p<.05

Tablo 4.4'e göre katılımcıların okul türünün etkisine ve BDÖ anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturmadığına bakıldığında, devlet okuluna giden katılımcıların BDÖ puanı  $\bar{x}= 61,5$  iken, özel okula giden katılımcıların puanı  $\bar{x}= 63,4$  ve meslek lisesine gidenlerin ise puanı  $\bar{x}= 60,0$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde okul türünün dürtüsellik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 5,429, p<0.05). Tablo 4.4'de görüldüğü üzere okul türüne göre BDÖ tukey testi sonucunda özel okulda okuyanların, meslek lisesinde okuyanlara göre dürtüsellik düzeyleri yüksek çıkmıştır. Diğer gruplarda arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 4.5  
Araştırma Grubunun Kardeş Sayısına Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin  
Tukey Testi Araştırmasını Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Kardeş Sayısı	Ortalama Farkı	P
0	1	-1,32892	,652
	2	1,86111	,513
	3 ve 3 +	-1,97222	,702
1	0	1,32892	,652
	2	3,19003*	,018
	3 ve 3 +	-0,64330	,979
2	0	-1,86111	,513
	1	-39003*	,018
	3 ve 3 +	-3,83333	,141
3 ve 3 +	0	1,97222	,702
	1	0,6433	,979
	2	3,83333	,141

\*p<.05

Tablo 4.5'e göre katılımcıların kardeş sayıları ve BDÖ'den elde edilen puanlar üzerinde anlamlı bir değişiklik olup olmadığına bakıldığında, kardeşi olmayan kişilerin puanları  $\bar{x}=61,2$  iken, bir kardeşi olan katılımcıların puanı  $\bar{x}=62,5$ , iki kardeşi olan kişilerin puanları  $\bar{x}=59,3$  ve 3 ve üzeri kardeşi olan kişilerin puanları  $\bar{x}=63,2$  olduğu görülmektedir. Elde edilen veriler incelendiğinde kardeş sayısının dürtüsellik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 3,294, p<0.05). Tablo 4.5'de görüldüğü üzere kardeş sayısına göre BDÖ tukey testi sonucunda 1 kardeşi olanların 2 kardeşi olanlara kıyasla dürtüsellik düzeyleri yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Tablo 4.6  
Araştırma Grubunun Anne Eğitim Düzeyine Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Anne Eğitim	Ortalama Farkı	P
İlkokul	Ortaokul	-0,59237	,992
	Lise	-3,56844*	,044
	Üniversite	-,47530	,996
	YL/ Doktora	-4,69429	,086
Ortaokul	İlkokul	0,59237	,992
	Lise	-2,97607	,084
	Üniversite	0,11707	1,00
	YL/ Doktora	-4,10192	,147
Lise	ilkokul	3,56844*	,044
	ortaokul	2,97607	,084
	Üniversite	3,09314	,056
	YL/ Doktora	-1,12585	,967
Üniversite	ilkokul	0,47530	,996
	ortaokul	-0,11707	1,000
	lise	-3,09314	,056
	YL/ Doktora	-4,21898	,967
YL / Doktora	İlkokul	4,69429	,996
	Ortaokul	4,10192	1,000
	Lise	1,12585	,056
	Üniversite	4,21898	,121

\*p<.05

Bunlara ek olarak tablo 4.6'ya göre katılımcıların anne eğitim ve baba eğitim düzeyleri ve BDÖ'den elde edilen puanlar üzerinde anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturulmadığına bakılmıştır. Katılımcıların anne eğitim düzeyine bakıldığında ilkokul mezunu olan anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=60,0$  iken, ortaokul mezunu olan anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=60,6$ , lise mezunu anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=63,6$  iken, üniversite mezunu olan anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=60,5$  ve yüksek lisans/doktora mezun anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=64,7$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde anne eğitim düzeyinin dürtüsellik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F=4,001, p<0.05). Tablo 4.6'ya görüldüğü üzere anne eğitim düzeyine göre BDÖ tukey testi sonucunda sadece lise mezunu anneye sahi çocuklarının

dürtüsellik puanları ilkokul mezunu olan annelerin çocuklarına göre yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.7

Araştırma Grubunun Baba Eğitim Düzeyine Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Araştırmasını Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Baba Eğitim	Ortalama Farkı	P
İlkokul	Ortaokul	-2,05544	,525
	Lise	-5,63201*	,000
	Üniversite	-3,87186*	,023
	YL/ Doktora	-5,17430*	,037
Ortaokul	İlkokul	2,05544	,525
	Lise	-3,57657*	,021
	Üniversite	-1,81642	,579
	YL/ Doktora	-3,11886	,402
Lise	İlkokul	5,63201*	,000
	Ortaokul	3,57657*	,021
	Üniversite	1,76015	,533
	YL/ Doktora	,45771	,999
Üniversite	İlkokul	3,87186*	,023
	Ortaokul	1,81642	,579
	Lise	-1,76015	,533
	YL/ Doktora	-1,30244	,946
YL / Doktora	İlkokul	5,17430*	0,37
	Ortaokul	3,11886	402
	Lise	-45771	,999
	Üniversite	1,30244	946

\*p<.05

Tablo 4.7'e göre katılımcıların baba eğitim düzeyine bakıldığında ilkokul mezunu olan babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=58,3$  iken, ortaokul mezunu olan babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=60,3$ , lise mezunu babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=64,0$  iken, üniversite mezunu olan babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=62,1$  ve yüksek lisans ve doktora mezun babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=63,4$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde baba eğitim düzeyinin dürtüsellik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 6,199, p<0.05). Tablo 4.7'ye görüldüğü üzere baba eğitim düzeyin BDÖ tukey testi sonucunda lise mezunu olan babaların çocuklarının dürtüsellik puanları ilkokul, ortaokul mezunu olan babaların çocuklarına göre yüksek çıkmıştır. Üniversite

mezunu babaların çocukların puanları ise ilkokul mezunu olan babaların puanlarına göre yüksek çıkmıştır. YL/ doktora mezunu olan babaların çocukların puanları ise ilkokul mezunu olan babaların çocuklarının puanlarına göre yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.8

Araştırma Grubunun Ebeveyn Tutumuna Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Araştırmasını Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Farkı	P
Demokratik	İhmalkâr	0,03315	1,000
	Otoriter	-0,84277	,887
	İzin Verici	3,07751	,065
İhmalkâr	Demokratik	-0,03315	1,000
	Otoriter	-0,87592	,878
	İzin Verici	3,04437	,073
Otoriter	Demokratik	0,84277	,887
	İhmalkâr	0,87592	,878
	İzin Verici	3,92028*	,015
İzin Verici	Demokratik	-3,07751	,065
	İhmalkâr	-3,04437	,073
	Otoriter	-3,92028*	,015

\*p<.05

Tablo 4.8'e göre katılımcıların ebeveyn tutumları ve BDÖ'den elde edilen puanlar üzerinde anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturulmadığına bakıldığında, demokratik ebeveyn tutumuna sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=62,1$  iken, ihmalkâr ebeveyn tutumuna sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=62,0$  otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=62,9$  ve izin verici ebeveyn tutumuna sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=59,0$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde ebeveyn tutumlarının dürtüsellik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 3,386, p<0.05). Tablo 4.8'e görüldüğü üzere ebeveyn tutumu düzeyin BDÖ tukey testi sonucunda otoriter ebeveyn tutumuna sahip anne babaların çocuklarının dürtüsellik puanları izin verici ebeveyn tutumu olan çocuklara göre yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.9  
Araştırma Grubunun Gelir Düzeyine Göre Baratt Dürtüsellik Ölçeğine İlişkin  
Tukey Testi Araştırmasını Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Gelir Düzeyi	Ortalama Farkı	P
0 TL- 2.000 TL	2.001 TL- 3500 TL	6,48791*	,002
	3501 TL- 4500TL	2,66822	,436
	45001 TL+	-,48231	,990
2.001 TL- 3500 TL	0 TL- 2.000 TL	-6,48791*	,002
	3501 TL- 4500TL	-3,81969*	,028
	45001 TL+	-6,97021*	000
3501 TL- 4500TL	0 TL- 2.000 TL	-2,66822	0,436
	2.001 TL- 3500 TL	3,81969*	,028
	45001 TL+	-3,15053*	,020
45001 TL+	0 TL- 2.000 TL	0,48231	,990
	2.001 TL- 3500 TL	6,97021*	,000
	3501 TL- 4500TL	3,15053*	,020

\*p<.05

Tablo 4.9'a göre katılımcıların aile gelir düzeyleri durumları ve BDÖ'den elde edilen puanlar üzerinde anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturulmadığına bakıldığında ise aylık asgari ve altı gelir seviyesine sahip olan ailelerin çocukların puanları  $\bar{x}=63,0$  iken, 2001TL ile 3500 TL arasında olan ailelerin çocuklarının BDÖ puanları  $\bar{x}=56,5$ , 3500 TL ile 4500 TL arasında olan ailelerin çocukların puanları  $\bar{x}=60,3$ , 4501 TL ve üzeri olan ailelerin çocukların puanları  $\bar{x}=63,4$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde aile gelir düzeyinin dürtüsellik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 13,847, p<0.05). Tablo 4.9'a görüldüğü üzere gelir düzeyinin BDÖ tukey testi sonucunda 0 TL- 2.000 TL gelir düzeyine sahip olan çocukların dürtüsellik puanları 2.001 TL- 3500 TL gelir düzeyine sahip olan çocuklara göre yüksek çıkmıştır. 3501 TL- 4500TL gelir düzeyine sahip olan çocukların puanları 2.001 TL- 3500 TL gelir düzeyine sahip olan çocuklara göre yüksek çıkmıştır. Buna ek olarak dürtüsellik puanları 4500TL ve 45001 TL+ gelir düzeyine sahip olan çocukların puanları 2.001 TL- 3500 TL ve 3501 TL- 4500TL gelir düzeyine sahip olan çocuklara kıyasla yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

#### 4.2.2. Duygusal Yeme Ölçeğinden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde literatür verilerine göre duygusal yeme ile ilgili olabileceği düşünülen sosyodemografik özellikler incelenmiş T test ve tek yönlü varyans analiz (Anova) tekniği kullanılarak olası etiklerin analizi yapılmıştır. DYÖ'den elde edilen etkileri puanlara dair yapılan analizden elde edilen veriler Tablo 10'da gösterilmiştir.

Şekil 4.10  
Sosyodemografik Özelliklere Göre Duygusal Yeme Ölçeğinin One-Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Sosyo- Demografik Özellikler	BDÖ			Etki Düzeyleri	
	$\bar{x}$	SS	N	T/F	P
Cinsiyet					
Erkek	58,1	18,7	223	0,029	0,866
Kız	58,5	18,2	177		
Toplam	58,3	18,5	400		
Yaş					
14	56,1	16,2	141	1,064	0,364
15	59,5	18,3	147		
16	59,3	21,3	88		
17	59,2	20,1	24		
Toplam	58,3	18,5	400		
Okul Türü					
Devlet okulu	56,5	16,6	133	1,890	0,152
Özel Okul	60,7	19,0	134		
Meslek Lisesi	57,7	19,5	133		
Toplam	58,3	18,5	400		

Not: Cinsiyet değişkeni için T değeri verilmiştir, \*p<.05



Şekil 4.10  
Sosyodemografik Özelliklere Göre Duygusal Yeme Ölçeğinin One-Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Sınıf Türü					
Hazırlık	55,5	15,2	29		
Lise 1	58,6	18,6	287	0,950	0,417
Lise 2	60,7	18,5	40		
Lise 3	57,3	19,7	44		
Toplam	58,3	18,5	400		
Okul Başarısı					
Düşük	61,1	29,5	25		
Orta	58,5	18,1	282	0,601	0,549
Yüksek	56,8	15,7	93		
Toplam	58,3	18,5	400		
BKİ					
Zayıf	55,0	16,3	90		
Normal Kilolu	59,8	19,2	261	2,049	0,106
Fazla Kilolu	55,0	19,2	35		
Obez	61,6	11,6	14		
Toplam	58,3	18,5	400		
Kardeş Sayısı					
0	60,5	21,0	72		
1	56,7	16,3	214	2,735	0,043*
2	57,8	19,7	84		
3 ve 3 +	66,1	21,1	30		
Toplam	58,3	18,5	400		
Kaçınıcı Çocuk					
1	59,3	18,7	203		
2	54,3	15,3	151	6,560	0,000*
3	68,1	24,4	40		
4 ve 4+	58,3	11,4	6		
Toplam	58,3	18,5	400		
Anne Eğitim					
İlkokul	58,5	18,9	67		
Ortaokul	60,6	20,1	90	4,801	0,001*
Lise	53,3	16,3	117		
Üniversite	58,5	17,6	97		
YL ve Doktora	68,7	18,5	29		
Toplam	58,3	18,5	400		

Not: Cinsiyet değişkeni için T değeri verilmiştir, \*p<.05

## Şekil 4.10

## Sosyodemografik Özelliklere Göre Duygusal Yeme Ölçeğinin One-Way Anova Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Baba Eğitim					
İlkokul	60,1	19,8	73		
Ortaokul	56,2	15,9	85		
Lise	57,3	19,3	117	2,406	0,049*
Üniversite	57,2	18,1	96		
YL ve Doktora	67,4	17,8	29		
Toplam	58,3	18,5	400		
Aile Yaşam					
Beraber	58,3	18,3	327		
Anne	58,9	19,7	59	0,335	0,715
Baba	54,4	16	14		
Toplam	58,3	18,5	400		
Ebeveyn Tutumu					
Demokratik	60,2	19,0	118		
İhmalkâr	58,2	18,3	113	0,687	0,561
Otoriter	57,1	18,0	94		
İzin Verici	57,0	18,6	75		
Total	58,3	18,5	400		
Gelir Düzeyi					
Asgari	62,7	22,7	29		
2021 TL- 3500 TL	55,5	15,0	67		
3501 TL- 4500 TL	55,7	13,9	74	1,802	0,146
45001 TL+	59,3	20,0	230		
Toplam	58,3	18,5	400		

Not: Cinsiyet değişkeni için T değeri verilmiştir, \*p<.05

Cinsiyet değişkeninin DYÖ ile olan ilişkisine odaklanan bu adımda, T test uygulanmıştır. Tablo 4.10'e istinaden araştırmaya katılan kızların  $\bar{x}= 58,5$  iken erkeklerin aynı testten elde ettikleri puanların ortalaması  $\bar{x}=58,1$ 'dir. Kızların duygusal yeme puanları erkeklere oranla daha yüksek olmasına rağmen, her iki grubun ortalaması arasında fark ve cinsiyet değişkeninin duygusal yeme üzerine fark anlamlı bulunmamıştır (T= 1,064). Bir sonraki adımda ise diğer tüm değişkenlerde Anova testi uygulanmıştır. Buna ek olarak, yaş (F= 1,064), okul türü (F= 0,1890), sınıf türü (F=0,950), okul başarısı (F= 0,601), BKİ (F= 2,049), ve aile yaşamları

(F= 0,335), ebeveyn tutumu (F= 0,687) ve gelir düzeyine (F= 1,802) göre karşılaştırıldığında aralarında istatistiksel fark bulunamamıştır (p>0.05).

Araştırmaya katılan kişilerin DYÖ puanları kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk, anne eğitim ve baba eğitime göre karşılaştırıldığında aralarında istatistiksel fark bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için bu gruplara Tukey testi uygulanmıştır. Aşağıda bulunan 11,12,13 ve14'üncü tabloda bu farklılıklar gösterilmektedir.

Tablo 4.11

Araştırma Grubunun Kardeş Sayısına Göre Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Araştırmasını Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Kardeş Sayısı	Ortalama Farkı	P
0	1	3,75779	,436
	2	2,60714	,813
	3 ve 3 +	-5,71667	,479
1	0	-3,75779	,436
	2	-1,15065	,962
	3 ve 3 +	-9,47445*	,042
2	0	-2,60714	,813
	1	1,15065	,962
	3 ve 3 +	-8,32381	,144
3 ve 3 +	0	5,71667	,479
	1	9,47445*	,042
	2	8,32381	,144

\*p<.05

Tablo 4.11'e göre atılımcıların kardeş sayısının ve DYÖ anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturmadığına bakıldığında, kardeşi olmayan kişilerin DYÖ puanı  $\bar{x}=60$ , tek kardeşi olan kişilerin puanı  $\bar{x}=56,7$  iken, iki kardeşi olan kişilerin puanı  $\bar{x}=57,8$  ve üç ve üzeri kardeşi olan kişilerin puanları  $\bar{x}=66,1$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde kardeş sayısının duygusal yeme üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 2,735, p<0.05). Tablo 4.11e görüldüğü üzere kardeş sayılarının DYÖ tukey testi sonucunda üç ve üç ve üzeri kardeşi olan kişilerin

dürtüsellik puanları bir kardeşi olan kişilere göre yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.12

Araştırma Grubunun Kaçınıcı Çocuk Olduğuna Göre Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Kaçınıcı Çocuk	Ortalama Farkı	P
1	2	4,93149	,056
	3	-8,87414*	,025
	4 ve 4 +	0,94253	,999
2	1	-4,93149	,056
	3	-0,13,80563*	,000
	4 ve 4 +	-3,98896	,952
3	1	8,87414*	,025
	2	13,80563*	,000
	4 ve 4 +	9,81667	,602
4 ve 4 +	1	-0,94253	,999
	2	3,98896	,952
	3	-9,81667	,602

\*p<.05

Tablo 4.12'ye göre katılımcıların kaçınıcı çocuk oldukları ve DYÖ'den elde edilen puanlar üzerinde anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturulmadığına bakıldığında, ilk çocuk olan kişilerin puanları  $\bar{x}=59,3$  iken, ikinci çocuk olan katılımcıların puanı  $\bar{x}=54,3$ , üçüncü çocuk olan kişilerin puanları  $\bar{x}=68,1$  ve dördüncü ve üzeri çocuk olan kişilerin puanları  $\bar{x}=58,3$  olduğu görülmektedir. Elde edilen veriler incelendiğinde ailedeki kaçınıcı çocuk olmanın duygusal yeme üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F=6,560, p<0.05). Tablo 4.12'de görüldüğü üzere kaçınıcı çocuk olduklarının DYÖ tukey testi sonucunda üçüncü çocuk olan kişilerin dürtüsellik puanları birinci ve ikinci çocuk olan kişilere göre yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.13

Araştırma Grubunun Anne Eğitim Düzeyinin Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Anne Eğitim	Ortalama Farkı	P
İlkokul	Ortaokul	-2,09602	,953
	Lise	4,99885	,374
	Üniversite	-0,00908	1,000
	YL/ Doktora	-10,18682	,086
Ortaokul	İlkokul	2,09602	,953
	Lise	7,09487*	,043
	Üniversite	2,08694	,934
	YL/ Doktora	-8,09908	,226
Lise	ilkokul	-4,99885	,374
	ortaokul	-7,09487*	,043
	Üniversite	-5,00793	,262
	YL/ Doktora	-15,18568*	001
Üniversite	ilkokul	0,00908	1,000
	ortaokul	-2,08694	,934
	lise	5,00793	,262
	YL/ Doktora	-10,17775	,063
YL / Doktora	İlkokul	10,18682	,086
	Ortaokul	8,0908	,226
	Lise	15,18568*	,001
	Üniversite	10,17775	,063

\*p<.05

Bunlara ek olarak tablo 4.13'e göre katılımcıların anne eğitim ve baba eğitim düzeyleri ve DYÖ'den elde edilen puanlar üzerinde anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturulmadığına bakılmıştır. Katılımcıların anne eğitim düzeyine bakıldığında, ilkokul mezunu olan anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=58,5$  iken, ortaokul mezunu olan anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=60,6$ , lise mezunu anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=53,3$  iken, üniversite mezunu olan anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=58,5$  ve yüksek lisans/doktora mezun anneye sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=68,7$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde anne eğitim düzeyinin duygusal yeme üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F=4,801, p<0.05). Tablo 4.13'de görüldüğü üzere anne eğitim düzeyine göre DYÖ tukey testi sonucunda ortaokul mezunu olan annelerin çocuklarının dürtüsellik puanları lise mezunu olan annelerin çocuklarına göre yüksek çıkmıştır.

Buna ek olarak YL/doktora mezunu olan annelerin çocuklarının lise mezunu olan annelerin çocuklarına kıyasla dürtüsellik puanları yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.14  
Araştırma Grubunun Baba Eğitim Düzeyinin Duygusal Yeme Ölçeğine İlişkin Tukey Testi Karşılaştırmasını Gösteren Dağılım

Model	Baba Eğitim	Ortalama Farkı	P
İlkokul	Ortaokul	3,85479	,680
	Lise	2,730001	,856
	Üniversite	2,84646	,855
	YL/ Doktora	-7,35900	,358
Ortaokul	İlkokul	-3,85479	,680
	Lise	-1,12479	,993
	Üniversite	-1,00833	,996
	YL/ Doktora	-11,21379*	,037
Lise	İlkokul	-2,73001	,856
	Ortaokul	1,12479	,993
	Üniversite	0,11645	1,000
	YL/ Doktora	-10,08901	,063
Üniversite	İlkokul	-2,84646	,855
	Ortaokul	1,00833	,996
	Lise	-0,11645	1,000
	YL/ Doktora	-10,20546	,067
YL / Doktora	İlkokul	7,359	,358
	Ortaokul	11,21379*	,037
	Lise	10,08901	,063
	Üniversite	10,20546	,067

\*p<.05

Tablo 4.14'e göre katılımcıların baba eğitim düzeyine bakıldığında ilkokul mezunu olan babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=60,1$  iken, ortaokul mezunu olan babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=56,2$  iken, lise mezunu babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=57,3$  iken, üniversite mezunu olan babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=57,2$  ve yüksek lisans/doktora mezunu babaya sahip olan ergenlerin puanları  $\bar{x}=67,4$  olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler incelendiğinde baba eğitim düzeyinin duygusal yeme üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 2,406, p<0.05). Tablo 4.14'de görüldüğü üzere baba eğitim

düzeyine göre DYÖ tukey testi sonucunda YL/doktora mezunu olan babaların çocuklarının dürtüsellik puanları ortaokul mezunu olan babaların çocuklarına göre yüksek çıkmıştır.

## BÖLÜM 5

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada ergenlik döneminde oldukça önemli olan ebeveyn tutumu, dürtüsellik ve duygusal yemenin arasındaki ilişkiyi analiz etmektir. Literatüre bakıldığında dürtüsellik ile duygusal yeme ilişkisinin anlamlılığına (Lowe & Eldredge, 1993; Claes ve ark., 2006; Sabet, 2011; Gürsoy,2018; Ataley, 2018; Ertekin, 2019),dürtüsellik ile ebeveyn tutumu ilişkisinin anlamlılığına (Straus & Mouradian, 1998; Chen & Johnston, 2007; Toros, 2010; Glatz ve ark., 2011; Uzun ve ark., 2019) ve duygusal yeme ile ebeveyn tutumu arasındaki ilişkinin anlamlılığına (Evans & Grange, 1995; Scaglioni ve ark., 2008; Mitchell ve ark., 2013; Aytın,2014; Gürel, 2017; Yurtsever & Sütçü, 2017) bakan birçok araştırma olmasına rağmen bu üç değişkenin ilişkisine odaklanan herhangi bir çalışmaya rastlanılmamaktadır.

Araştırmanın analizinde ilk olarak dürtüsellik, duygusal yeme ve ebeveyn tutumunun olası ilişkisi araştırılmıştır. Bu süreçte Baron ve Kenny'nin (1986) medyatör etki analizi adımları izlenmiştir. İlk adım olarak yordayıcı ve yordanan değişken arasındaki ilişkiye odaklanılmıştır. Bu araştırmanın yordayıcı değişkeni olan dürtüsellik ile çalışmanın yordanan değişkeni duygusal yeme arasındaki ilişki anlamlı olarak bulunmuştur. İkinci adım olarak ise yordayıcı ve aracı değişken arasındaki ilişkiye odaklanılmıştır. Bu araştırmanın yordayıcı değişkeni dürtüsellik ile çalışmanın aracı değişkeni olan anne ve baba tutumu ölçeğinin alt ölçeklerinden kabul/ilgi ve kontrol/denetleme ölçekleri ile arasındaki ilişkiler anlamlı bulunmuştur. Üçüncü adım olarak ise yordanan değişken ve aracı değişken arasındaki ilişkiye odaklanılmıştır. Bu araştırmanın yordanan değişkeni duygusal yeme ile çalışmanın aracı değişkeni olan anne ve baba tutumu ölçeğinin tüm alt ölçekleriyle arasındaki ilişki anlamsız olmasından ötürü analiz gerçekleştirilmemiştir. Baron ve Kenny'e



istinaden anlamlı bir medyatör etkiden bahsedebilmek adına gerekli olan koşullar sağlanamadığından ötürü medyatör analizi yapılamamıştır.

Çalışmanın ilk ana hipotezi olan dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişki anlamlıdır. Literatür incelendiğinde (Aytin, 2014; Akkol, 2018; Ertekin, 2019) dürtüsellik ile duygusal yeme puanlarını arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bulunmakta ve bu çalışmalarda dürtüsellik ve duygusal yeme arasında korelatif ilişki olduğu görülmektedir. Dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkiye odaklanan çalışmalar incelendiğinde Aytin'nin (2014) 412 katılımcıyla, Akkol'un (2018) 630 katılımcıyla ve Ertekin'nin (2019) 348 katılımcıyla çalıştığı görülmektedir. Aytin (2014) ve Akkol'un (2018) örneklem sayılarının bu çalışmayla benzer olduğu görülmektedir. Ergenlerde dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi inceleyen Aytin'nin (2014) duygusal yeme puanları ile olumsuz sorun yönelimi ve dürtüsel sorun çözme arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Akkol'da (2018) benzer bir şekilde dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi incelemiş ve pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Yakın tarihli bir çalışmada ise Ertek (2019) benzer şekilde dürtüsellik seviyelerinin artması ile duygusal yeme oranını artırdığını bulmuştur. Yabancı literatürde ise (Lowe & Eldredge, 1993; Claes ve ark., 2006; Sabet, 2011) DEHB'in alt boyutu olarak dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişki incelendiğinde benzer bulgulara rastlanmıştır. Dürtüsellik ve duygusal yeme arasında farklı bulgularda olan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Dürtüsellik seviyeleri yüksek olan ergenlerin duygularını düzenlemek adına kısa vadeli olarak yemek yiyerek rahatladığı ve kendini bu şekilde regüle ettiği düşünülmektedir. Tüm bu veriler değerlendirildiğinde duygusal yeme üzerinde dürtü kontrolünün önemli bir etkisi olduğu görülmektedir. Yeme bozukluğu üzerine çalışan klinisyenlerin danışanları ile dürtü kontrolü üzerine de odaklanarak eş zamanlı dürtüsellikçe dair müdahaleler yapmaları ve hatta bu boyutta psikiyatrik konsültasyonlarla organik kökenleri olabilecek dürtüsellikçe direkt müdahale edilmesini öngören bir modülle çalışmaları olası yeme bozukluğuna daha hızlı müdahale edilmesini sağlayacaktır.

Çalışmanın ikinci ana hipotezi olan dürtüsellik ve anne ve baba tutumu ölçeğinin alt ölçeklerinden kabul/ilgi ve kontrol denetleme arasındaki ilişki anlamlıdır. Literatürde incelendiğinde (Toros, 2010; Esra ve ark., 2017; Uzun ve ark., 2019) dürtüsellik ile ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bulunmakta ve bu çalışmalarda dürtüsellik ve ebeveyn tutumunun arasında korelatif bir ilişki olduğu görülmektedir. Dürtüsellik ve ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiye odaklanan tüm çalışmalar incelendiğinde Toros (2010)'un 103, Esra ve arkadaşlarının (2017) 108 ve Uzun ve arkadaşlarının (2019) 125 katılımcıyla çalıştığı görülmektedir. Literatürde dürtüsellik ve ebeveyn tutumu arasındaki araştırmaları genellikle DEHB tanılı ergenler ile gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle araştırmaların örneklem sayılarının bu çalışmanın örneklem sayısına göre daha az olduğu görülmüştür. Dürtüsellik ve ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen Toros'un (2010) ebeveynlerinin dürtüsellğe eğilimli olan çocuklarına karşı otoriter ve azarlayıcı bir anne ve baba stiline sahip olduklarını tespit etmektedir. Esra ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında ise dürtüsellik düzeyleri yüksek olan kişilerin ailelerinin onlara karşı daha fazla katı kurallar uyguladıklarından söz etmektedir. Yakın tarihli gerçekleştirilen Uzun ve arkadaşlarının (2019) çalışmasında ise dürtüsellik davranışları fazla olan ergenlerin ebeveynlerinin onlara karşı daha otoriter olduğunu tespit etmişlerdir. Yabancı literatürde ise (Straus & Mouradian, 1998; Chen & Johnston, 2007; Glatz ve ark., 2011) DEHB'in alt boyutu olarak dürtüsellik ile ebeveyn tutumu arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara bakıldığında benzer bulgulara rastlanmıştır. Dürtüsellik ve ebeveyn tutumu arasında farklı bulgularda olan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Dürtüsellik seviyeleri yüksek olan ergenlerin ailelilerinin onlara karşı daha otoriter şekilde davrandığı görülmüştür. Ergenlerin dürtüsel davranışları arttığında ebeveynlerinin çocuklarına karşı olan davranışlarının değişimine neden olduğu düşünülmektedir. Dürtüsellik seviyesi fazla olan ergenlerin ebeveynlerinin onları kontrol edebilmek adına daha baskıcı ve disiplinli bir tutum sergilemek zorunda kaldıkları düşünülmüştür. Eş zamanlı olarak ergenlerin dürtüsel davranışlarının ebeveynleri etkilediği gibi ebeveyn tutumlarının ergenlerin dürtüsel davranışlarının üzerinde etki yarattığı düşünülmektedir. Tüm bu veriler değerlendirildiğinde ise ebeveyn tutumunun dürtü kontrolü üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmektedir.

Dürtüsellik ve ona neden olan davranışlar üzerine çalışan klinisyenlerin danışanları ile onların ebeveynlerin tutumları üzerine de odaklanarak ve eş zamanlı dürtüsellik oranı yüksek olan kişilerin ailelerine psikoöğitimler vererek müdahaleler yapmaları olası dürtü bozukluklarının neden olacağı hastalıklara daha hızlı müdahale edilmesini sağlayacaktır.

Çalışmanın üçüncü ana hipotezi olan anne ve baba tutumu ile duygusal yeme arasındaki ilişki anlamsızdır. Bu sebeple Baron ve Kenny'nin (1986) medyatör etki analizi gerçekleştirilememiştir. Bu hipotezin gerçekleştirilememesinin nedeninin Anne-Baba Tutumu ölçeğinin kendi içinde korelasyonu olmamasıdır. Buna ek olarak, literatürde Anne ve Baba Tutumu ölçeği ile duygusal yemek yeme arasında yapılan çalışmalar incelendiğinde yapılan çalışmaların örneklem sayılarının bizim çalışmamızdaki örneklem sayısından daha az olduğu ve Anne – Baba Tutum ölçeğinin diğer ölçeklerle korele olmadığı görülmektedir (Bülbül, 2014; Erden ve Güler, 2014; Acar, 2015).

Literatürde veriler incelendiğinde (Aytın, 2014; Gürel, 2017; Yurtsever ve Sütçü, 2017) ebeveyn tutumu ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bulunmakta ve ebeveyn tutumu ile duygusal yeme arasında korelatif ilişki olduğu görülmektedir. Aytın'ın (2014) 630, Yurtsever ve Sütçü'nün (2017) 773, Gürel'in (2017) 540 katılımcıyla çalıştığı görülmektedir. Literatürdeki araştırmaların bizim çalışmamızdan daha büyük örneklem grupları üzerinde yapıldığı görülmektedir. Ebeveyn tutumu ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi araştıran Aytın'nın (2014) duygularını yönetemeyen ve anormal yemek yiyen ergenlerin ebeveynlerinin özerkliğe izin vermedikleri ve aşırı korumacı davrandıklarını savunmuştur. Gürel'de (2017) benzer şekilde araştırmasında ebeveyn tutumu ve duygusal yem arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğunu belirtmiştir. Ergenlerin duygularını aileleri tarafından desteklendiği ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılandığı demokratik ebeveyn tutumu sergileyen ailelerde duygusal yemek yeme oranının azaldığını savunmuştur. Psikolojik kontrol ve otoriter tutumun sergilendiği ailelerde ise yeme tutumunu artışı tespit edilmiştir. Yurtsever ve Sütçü'de (2017) çocuktan yüksek beklentili ve kısıtlayıcı davranışların olduğu otoriter ebeveynlik tutumu ile duygusal yoksunluğun olduğu ihmalkâr ebeveynlik tutumu ve duygusal yeme

arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Yabancı literatürde ise (Evans & Grange, 1995; Scaglioni ve ark., 2008; Mitchell ve ark., 2013) ebeveyn tutumu ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında benzer bulgulara rastlanmıştır.

Duygusal yeme oranının fazla olduğu kişilerin bu davranışının nedenlerinden birinin ebeveynleri ile olan ilişkilerin olumsuzluğundan kaynaklandığı ve bu kişilerin kendilerini regüle etmek adına daha fazla yemek yedikleri düşünülmektedir. Duygusal yeme oranı fazla olan kişilerin ebeveynleri ile olan ilişkilerinin kuvvetlenmesi ve daha sağlıklı bir boyuta geçmesi halinde yeme oranlarının azalacağı düşünülmektedir. Tüm bu veriler değerlendirildiğinde ise ebeveyn tutumunun duygusal yeme üzerinde önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir. Obezite ve duygusal yeme üzerine çalışan klinisyenlerin danışanları ile çalışmalarında ebeveynlerinin tutumları üzerine de odaklanmaları ve ilişki odaklı çalışmaları halinde danışanlarının olası duygusal yeme ataklarına daha hızlı müdahale edilmesini yardımcı olacaktır.

Baron ve Kenny'nin (1986) medyatör etki analizi adımları izlenmesine nedeniyle medyatör etki analizi bu çalışmada gerçekleştirilememiştir. Literatür incelendiğinde dürtüsellik ve duygusal yemenin arasındaki ilişkide ebeveyn tutumunun aracı rolünü inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Tüm bu veriler değerlendirildiğinde, araştırmaya istinaden dürtüsellik ile duygusal yeme arasında ve dürtüsellik ile ebeveyn tutumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna karşın ebeveyn tutumu ve duygusal yeme arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Anne-Baba Tutumu ölçeğinin sonuçlarının hem kendi içinde korele olmaması hem de araştırmada kullanılan bir diğer ölçek olan Duygusal Yeme ölçeği ile korele olmamasından ötürü bu araştırmada bir medyatör etkisi çıkmadığı düşünülmektedir. Sonuç olarak, bu araştırma ebeveyn tutumu ve duygusal yeme arasındaki ilişki konusunda literatürde bulunan araştırmalarla farklılaşmaktadır ve aynı zamanda birbiri ile çelişkili sonuçları olan araştırmalara ışık tutmaktadır.

Araştırmanın bir sonraki adımında ise sosyodemografik değişkenler ile dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişki incelendiğinde ana etkilerine dair

sonuçlar ele alınmıştır. Bu baēlamda dürtüsellik ve duygusal yeme leklerinin sırasıyla cinsiyet, yaş, okul türü, sınıf türü, okul başarısı, beden kitle indeksi, kardeş sayısı, kaçıncı ocuk oldukları, anne eēitim düzeyleri, baba eēitim düzeyleri, birlikte kiminle yaşadıkları, ebeveyn tutumları ve gelir düzeyleri deēiřkenlere göre farklılaşıp farklılařmadıēı incelenmiştir.

İlk olarak sosyodemografik özelliklerin drtselliēi ne derecede etkilediēine odaklanılan bu adımda cinsiyet deēiřkeni ele alınılmıştır. Dürtüsellik ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark olmadıēı grlmştr. Literatürde bulgular incelendiēinde (Aktepe, 2011; Sarısoy ve ark., 2013) bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların bulgularıyla benzer olduēu grlmştr. Buna karşın bazı çalışmalarda ise (Toros & Tataroēlu, 2002; Erdem ve Pak, 2012) dürtüsellik ve cinsiyet arasında fark olduēunu ve drtselliēin kadınlarda daha fazla grldē bildirmiştir. Bizim çalışmamızla benzer sonuçlar çıkan (Aktepe, 2011; Sarısoy ve ark., 2013) alışmalarında bu çalışmaya benzer yakın örneklem grubu ile alıřtıēı grlmştr. Toros ve Tataroēlu'nun (2002) ve Erdem ve Pak'ın (2012) alışmalarında ise daha büyük yaşa sahip olan örneklem grubu ile alıřıldıēı grlmştr. Bu farkın örneklem grubu ve sayısı nedeniyle ortaya ıktıēı dşnlmektedir. Bu çalışmada dürtüsellik ve cinsiyet arasında fark ıkımmasının nedenin katılımcıların homojenik yaş grubu daēılımı olmamasından kaynaklandıēı dşnlmektedir. Bu konuda yorum yapabilmek adına benzer araştırmanın farklı yaş grupları ile gerçekleştirilmesi önerilmektedir.

Dürtüsellik ve yaş arasında anlamlı bir fark olmadıēı grlmştr. Literatürde veriler incelendiēinde (şen, 2019; Erdoēan, 2019) bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların çalışmalarıyla benzer olduēu grlmştr. Uyan'nın (2014) alışmasında ise dürtüsellik ve yaş arasında fark olduēundan ve yaş artıkça dürtüsellik düzeyinin azaldıēından bahsetmiştir. Bu nedenle yaşın dürtüsellik üzerinde etkisi olmadıēı dşnlmektedir.

Dürtüsellik ve okul türü arasında anlamlı bir fark olduēu grlmştr. Bu fark özel okul ve meslek lisesinde okuyan ērenciler arasındadır. Özel okula giden katılımcılar meslek lisesine giden katılımcılara göre daha yüksek dürtüsel davranışlar sergilemektedir. En dürtüsel davranışlıları özel okula giden katılımcılar sergilerken,

onu devlet okuluna giden katılımcılar takip etmekte, en az dürtüsel davranışları meslek lisesine giden katılımcılar göstermektedir. Literatürdeki veriler incelendiğinde Aslan'ın (2013) çalışmasında ise bizim çalışmamızda olduğu gibi en dürtüsel davranışları özel okuluna giden kişilerin sergilediğinden bahsetmiştir. Bu farkın sebebinin özel okuldaki disiplin düşüklüğü, maddi durum farkı ve sosyal çevrenin dürtüsellik davranışı üzerindeki etkisinden ötürü kaynaklandığı düşünülmektedir. Buna ek olarak, okul türlerinin dürtüsellik üzerinde etkiye sahip olduğu düşünülmektedir.

Dürtüsellik ve sınıf türü arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Erdoğan, 2019; Şen, 2019) çalışmalarıyla benzer olduğu görülmüştür. Literatür ve araştırmaya istinaden sınıf türünün dürtüsel davranışlar üzerinde etki yaratmadığı düşünülmektedir.

Dürtüsellik ve algılanan okul başarısı arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde (Günay, 1988; Görmez ve Örengül, 2017) çalışmalarında ise bizim çalışmamıza kıyasla dürtüsel davranış fazlaştığı zaman okul başarısının düştüğünden bahsetmiştir. Bu çalışmada dürtüsellik ve okul başarısı arasında anlamlı bir fark olmamasının nedenin katılımcılardan okul başarılarını öznel görüşlerine istinaden not etmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Özetle, katılımcılar bu araştırmada kendi kişisel başarı algılarına yönelik değerlendirmede bulunmuşlardır. Bir sonraki araştırmalarda katılımcıların okul puanlarının beraber çalışılan okulların rehberlik birimi tarafından istenmesi önerilmektedir.

Dürtüsellik ve BKİ arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde Öztürk ve arkadaşları (2018) bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların çalışmasıyla benzer olduğu görülmüştür. (Annagür ,2010; Kacakcı ve ark., 2011) çalışmalarında ise bizim çalışmamıza kıyasla dürtüsel davranış ile BKİ ile pozitif bir ilişki olduğundan ve kilosunu normalden daha fazla olan kişilerin daha dürtüsel davranışlar sergilediğini bulmuştur. Dürtüsellik ve BKİ arasında anlamlı fark olmamasının nedenin katılımcıların boy ve kilolarını

kendilerinin doldurmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Buna ek olarak, literatür çalışmalarındaki araştırma sonuçların farklılıkların örneklem yaşlarının farklı olması ve kültürler arası farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Aynı zamanda beslenmenin üzerinde maddi imkanların ve spor olanakların etkisinin bu çalışmada dürtüsellik ile BKİ arasında fark çıkmamasına neden olabilir. Bir sonraki çalışmalarda katılımcılara önceden bilgi verilerek BKİ not etmeleri ve güncel oranlarıyla araştırmanın yapılması önerilmektedir.

Dürtüsellik ve kardeş sayısı değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Bu fark birinci ve ikinci kardeş arasında oluşmaktadır. Bulgulara istinaden en fazla dürtüsel davranışı üç ve üçten fazla kardeşi olan kişiler sergilerken onu bir kardeşi olan kişiler, daha sonra kardeşi olmayan kişiler takip etmektedir. En az dürtüsel davranışı iki kardeşi olan katılımcılar sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Evrensel ve arkadaşlarının (2015) benzer olduğu ve dürtüsellik ile kardeş sayısı arasında fark bulunduğu görülmüştür. Bulunan sonuç literatürü destekler niteliktedir. Dürtüsellik ve kardeş sayısı arasındaki bu farkın oluşmasının sebebinin ailedeki çocuk sayısı fazlalığından dolayı ilgi eksikliğinden veya fazlalığından dolayı kaynaklandığı düşünülmektedir. Ailelerinden daha az ilgi gören ergenlerin psikolojik nedenlerden dolayı daha dürtüsel davranmaya eğilimi olduğu düşünülmektedir. Kardeş sayısının dürtüsel davranış sergileme üzerinde önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir.

Dürtüsellik ve katılımcıların kaçınıcı çocuk olduğu değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Evrensel ve arkadaşlarının (2015) çalışmasıyla benzer olduğu ve dürtüsellik ile katılımcıların kaçınıcı çocuk oldukları ile ilgili bir farka ulaşmadığı görülmüştür. Araştırmada bulunan sonuç literatürü destekler niteliktedir. Ailede kaçınıcı çocuk olduklarının dürtüsellik üzerinde etkisi olmadığı düşünülmektedir.

Dürtüsellik ve katılımcıların anne eğitim düzeyleri değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark çıkmıştır. En dürtüsel davranışı YL/ doktora mezunu

anneye sahip çocuklar sergilerken, onları lise mezunu anneye sahip olan çocuklar takip etmekte, daha sonra ise üçüncü olarak onları ortaokul mezunu annelerin çocukları takip etmekte ve dördüncü olarak onları üniversite mezunu olan annelerin çocukları takip etmektedir. En az dürtüsel davranışı ilkököl mezunu annelerin çocukları sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların İmren ve arkadaşlarının (2013) çalışmasıyla benzer olduğunu ve en az dürtüsel davranan kişilerin annelerin eğitim seviyelerinin ilkököl mezunu olduğu görülmüştür. Uyan'ın (2014) çalışmasında ise bizim çalışmamıza karşın olarak dürtüsellik ve anne eğitim düzeyi arasında fark olmadığından bahsetmiştir. Literatürde bu farkın çıkmasının sebebinin örneklem gruplarının farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Araştırmada bu farkın katılımcıların anne eğitim düzeylerinin homojen dağılmamasından kaynaklandığı ve YL/doktora mezunu anneye sahip katılımcıların azlığından ötürü bu farkın oluştuğu düşünülmektedir. Bu konu hakkında sağlıklı yorum yapabilmek adına daha homojenik örneklem içeren araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Dürtüsellik ve katılımcıların baba eğitim düzeyleri değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark çıkmıştır. Bu fark ilkököl ile lise, üniversite, YL/doktora ve ortaokul ile lise arasından oluşmaktadır. En dürtüsel davranışı lise mezunu babaların çocukları sergilerken, onu YL/doktora mezunu babaların çocukları takip etmekte, daha sonra ise üçüncü olarak onları üniversite mezunu babaların çocukları ve dördüncü ortaokulu mezunu babaların çocukları takip etmektedir. En az dürtüsel davranışı ise ilkököl mezunu babaların çocukları sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların İmren ve arkadaşlarının (2013) çalışmasıyla benzer olduğu görülmüştür. Uyan'ın (2014) çalışmasında ise bizim çalışmamıza karşın olarak dürtüsellik ve baba eğitim düzeyi arasında fark olmadığından bahsetmiştir. Literatürde bu farkın çıkmasının sebebinin örneklem gruplarının farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu araştırmada farkın katılımcıların baba eğitim düzeylerinin homojen dağılmamasından kaynaklandığı ve YL/ doktora mezunu babaya sahip katılımcı azlığından ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bu konu hakkında sağlıklı yorum yapabilmek adına daha homojenik örneklem içeren araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.



Dürtüsellik ve katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler değerlendirildiğinde anlamlı bir fark çıkmamıştır. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Gedikli'nin (2017) sonuçları ile benzer olduğu görülmüştür. Birlikte yaşadıkları ebeveynlerin dürtüsellik üzerinde etkisi olmadığı düşünülmektedir.

Dürtüsellik ve ebeveyn tutumu değerlendirildiğinde anlamlı bir fark çıkmıştır. Bu fark otoriter ve izin verici ebeveyn tutumlarından kaynaklanmaktadır. En dürtüsel davranışı otoriter ebeveyn tutumunu sergileyen ailelerin çocukları sergilerken, onları demokratik ve ihmalkâr ebeveyn tutumu sergileyen ailelerin çocukları takip etmektedir. En az dürtüsel davranışı ise izin verici ebeveyn tutumuna sahip olan ailelerin çocukları sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Toros, 2010; Esra ve ark., 2017; Uzun ve ark., 2019) çalışmalarıyla benzer olduğu, en dürtüsel davranışı otoriter ebeveyn tutumuna sahip ailelerin gösterdiği görülmüştür. Bu farkın nedenin dürtüsel davranış sergileyen kişilerin ebeveynleri onları kontrol edebilmek adına katı ve sert davranış tutumu sergilemek zorunda olduğundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Dürtüsellik ve katılımcıların ailelerinin gelir düzeyi değerlendirildiğinde anlamlı bir fark çıkmıştır. Bu fark 0 TL- 2.000 TL ile 2.001 TL- 3500 TL arasından ve 2.001 TL- 3500 TL ile 3501 TL- 4500TL,4501TL ve üzerinden kaynaklanmaktadır. En fazla dürtüsel davranışı 4501TL ve üzeri gelir seviyesine sahip ailelerin çocukları sergilerken, onları asgari gelir seviyesine sahip kişiler, üçüncü olarak ise 3501 TL- 4500TL arası gelir düzeyine sahip ailelerin çocukları takip ettiği bulgulara istinaden görülmektedir. En az dürtüsel davranışı sergileyen kişiler ise aileleri 2.001 TL- 3500 TL arası gelir düzeyine sahip olan katılımcıların çocuklarıdır. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Aslan, 2013; Erdoğan, 2019) çalışmalarıyla benzer olduğu ve dürtüsellik ile gelir düzeyi arasında fark bulunduğu görülmüştür. Şen'nin (2019) çalışmasında bizim çalışmamıza karşın olarak dürtüsellik ve gelir düzeyi arasında fark olmadığından bahsetmiştir. Literatürde bu farkın çıkmasının sebebinin örneklem gruplarının farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatürde zıt görüşlerin nedeninin katılımcıların gelir düzeylerinin homojen dağılmamasından kaynaklandığı

düşülmektedir. Bu konu hakkında sağlıklı bir yorumda bulunabilmek adına daha geniş örneklem içeren araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu araştırmanın son adımında ise sosyo-demografik özelliklerin duygusal yemeden ne derecede etkilendiğine odaklanılmıştır ve bu adımda cinsiyet değişkeni ele alınmıştır. Duygusal yeme ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Büyüköztürk ve arkadaşlarının (2013) çalışmasıyla benzer olduğu görülmüştür. Sarısoy ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında ise bizim çalışmamıza karşı olarak duygusal yeme ve cinsiyet arasında bir fark olduğundan ve kızların erkeklere kıyasla duygusal yemeye daha eğilimli olduğundan bahsetmiştir. Büyüköztürk ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında bizimle benzer örneklem grubu ile çalışırken, Sarısoy ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında daha büyük bir örneklem grubu ile çalıştığı gözükmektedir. Bu farkın bu yüzden ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bu sebeple bizim çalışmamızda duygusal yeme ve cinsiyet arasında fark çıkmamasının nedenin katılımcıların homojenik yaş grubu dağılımı olmamasından kaynaklandığı düşünülmekte ve daha büyük bir örneklem grubu ile araştırmanın tekrarlanması önerilmektedir.

Duygusal yeme ve yaş arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Özvurmaz'ın (2018) çalışmasıyla benzer olduğu görülmüştür. Akkol'un (2018) çalışmasında ise bizim çalışmamıza karşı olarak duygusal yeme ve yaş arasında fark olduğundan, yaş büyüdükçe duygusal yeme seviyesinin düştüğünden bahsetmiştir. Literatür ve araştırmanın tutarlı çıkmamasının nedeninin katılımcıların yaş dağılımının homojenik olmamasından kaynaklandığı düşünülmüştür. Aynı çalışmanın homojen yaş aralığı olan bir grupta tekrarlanması önerilmektedir.

Duygusal yeme ve okul türü arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde (Büyük ve Duman, 2014; Yıldırım ve ark., 2017) çalışmalarında ise bizim çalışmamıza karşı olarak duygusal yeme ve okul türü arasında fark olduğunu belirtmişleridir. Yıldırım ve arkadaşlarının (2017) özel okula giden kişilerin duygusal yemeye daha eğilimli olduklarından bahsetmiştir.

Literatürdeki bulunan araştırmalarda araştırmanın gerçekleştiği okul sayılarının daha fazla olması nedeni ile araştırmanın literatürden farklı sonuç verdiği düşünölmektedir. Araştırmadaki okul türünün artırılması halinde özel okula giden ile meslek lisesine giden katılımcılar arasında fark çıkacağı öngörölmektedir. Bunun sebebinin ise sosyal evre ve maddi imkânlardan kaynaklı olduğu düşünölmektedir.

Duygusal yeme ve sınıf türü arasında anlamlı bir fark olmadığı görölmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Orbatu'nun (2020) alışmasıyla benzer olduğu görölmüştür. Sınıf türünün duygusal yeme üzerinde etkisi olmadığı düşünölmektedir.

Duygusal yeme ve algılanan okul başarısı arasında anlamlı bir fark olmadığı görölmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Başgöl ve arkadaşlarının (2016) alışmasıyla benzer olduğu görölmüş ve duygusal yeme ile algılanan okul başarısı arasında fark olmadığı bulunmuştur. Okul başarısının duygusal yeme üzerinde etkisi olmadığı düşünölmektedir.

Duygusal yeme ve BKİ arasında anlamlı bir fark olmadığı görölmüştür. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Duman, 2014; Yıldırım ve ark., 2017; Özvurmaz ve ark., 2018) alışmalarıyla benzer olduğu görölmüştür. (Thomas ve ark., 2002; Kadıoğlu, 2009) alışmalarında ise bizim çalışmamıza karşın olarak duygusal yeme ve BKİ arasında fark olduğundan ve obez kişilerde duygusal yeme oranının daha fazla olduğundan bahsetmiştir. Duygusal yeme ve BKİ arasında anlamlı fark olmamasının nedenin katılımcıların boy ve kilolarını araştırma kağıdına kendilerinin doldurmasından kaynaklandığı düşünölmektedir. Buna ek olarak, literatür çalışmalarındaki araştırma sonuçların farklılıkların örneklem yaşlarının farklı olması ve kültürler arası farklılıklardan kaynaklandığı düşünölmektedir. Aynı zamanda beslenmenin üzerinde maddi imkanların ve spor olanakların etkisinin bu çalışmada duygusal yeme ile BKİ arasında fark çıkmamasına neden olabileceği düşünölmektedir.

Duygusal yeme ve kardeş sayısı değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark olduğu görölmüştür. Bu fark birinci ile üç ve daha fazla kardeşi olan kişiler

arasında olduğu gör÷lmektedir. Bulgulara istinaden en fazla duygusal yeme davranışı üç ve üçten fazla kardeşi olan kişiler sergilerken, onları kardeşi olmayan kişiler takip etmekte, daha sonra iki kardeşi olan kişiler takip etmektedir. En az duygusal yeme davranışı ise tek kardeşi olan kişiler sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Ünsal ve ark., 2010; Uzdil, 2017) çalışmalarıyla benzer olduğu ve araştırmalarında duygusal yeme ile kardeş sayısı arasında fark buldukları gör÷lmüştür. Kardeş sayısının duygusal yeme üzerinde etkisi olduğu düşün÷lmektedir.

Duygusal yeme ve katılımcıların kaçınıcı çocuk olduğu değeriendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu fark birinci çocuk ile üçüncü çocuk olan kişilerde ve ikinci çocuk ve üçüncü çocuk olan kişiler arasında gör÷lmektedir. Bulgulara istinaden en fazla duygusal yeme davranışın üçüncü çocuk olan kişiler sergilerken, onları birinci çocuk olan kişiler takip etmekte ve üçüncü olarak ise dört ve üzer çocuk olan kişiler takip etmektedir. En az duygusal yeme davranışını ise ikinci çocuk olan kişiler sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Ünsal ve ark., 2010; Uzdil, 2017) çalışmalarıyla benzer olduğu ve duygusal yeme ile katılımcıların kaçınıcı çocuk olduğu ile ilgili fark olduğu gör÷lmüştür. Ailede kaçınıcı çocuk olmanın duygusal yemeyi etkileyen önemli faktörlerden biri olduğu düşün÷lmektedir.

Duygusal yeme ve katılımcıların anne eğitim düzeyleri değeriendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark çıkmıştır. Bu fark ortaokul mezunu olan annelerin çocukları ile lise mezunu olan annelerin çocuklarından ve YL/doktora mezunu annelerinin çocukları ile lise mezunu annelerin çocuklarından kaynaklanmaktadır. En fazla duygusal yeme davranışı YL/doktora mezunu anneye sahip çocuklar sergilerken, onları ortaokul mezunu anneye sahip olan çocuklar takip etmekte, daha sonra ise ilkokul ve üniversite mezunu annelerin çocukları takip etmektedir. En az duygusal yeme davranışı lise mezunu annelerin çocukları sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Erdoğan'nın (2013) çalışmasıyla benzer olduğu ve duygusal yeme ve katılımcıların anne eğitim düzeyleri arasında fark olduğu gör÷lmüştür. (Yıldırım ve ark., 2017; Akkol, 2018) çalışmalarının ise bizim çalışmamıza karşı olarak duygusal yeme ve anne eğitim

düzeylei değerlendirildiğinde fark olmadığından bahsetmiştir. Duygusal yeme ve anne eğitim düzeyi arasında çıkan bu farkın katılımcıların anne eğitim düzeylerinin homojen dağılmamasından kaynaklandığı ve YL/doktora mezunu anneye sahip katılımcı sayılarının düşük olmasından kaynakladığı dşnlmektedir. Bu konu hakkında sağlıklı yorum yapabilmek adına daha geniş örneklem içeren araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Duygusal yeme ve katılımcıların baba eğitim düzeyleri değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark çıkmıştır. Bu fark ortaokul ile lise, niversite, YL/doktora mezunu babalara sahip olan çocuklar arasından oluşmaktadır. En dürtüsel davranışı YL/doktora mezunu babaların çocukları sergilerken, onu ilkokul mezunu babaların çocukları takip etmekte, daha sonra ise üçüncü olarak onları lise mezunu babaların çocukları ve dördüncü niversite mezunu babaların çocukları takip etmektedir. En az dürtüsel davranışı ise ortaokul mezunu babaların çocukları sergilemektedir. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların zvurmaz ve arkadaşları'nın (2018) alışmasıyla benzer olduğu ve duygusal yeme ve katılımcıların baba eğitim düzeyleri değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark olduğu grlmştir. (Yıldırım ve ark., 2017; Akkol, 2018) alışmalarında ise bizim çalışmamıza karşı olarak duygusal yeme ve baba eğitim düzeyleri değerlendirildiğinde fark olmadığından bahsetmiştir. Literatürde bu farkın çıkmasının sebebinin örneklem gruplarının farklılığından kaynaklandığı dşnlmektedir. Duygusal yeme ve baba eğitim düzeyi arasında çıkan bu farkın katılımcıların baba eğitim düzeylerinin homojen dağılmamasından kaynaklandığı YL/doktora mezunu babaya sahip katılımcı sayılarının düşük olmasından kaynakladığı dşnlmektedir. Bu konu hakkında sağlıklı yorum yapabilmek adına daha geniş örneklem içeren araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Duygusal yeme ve katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler değerlendirildiğinde anlamlı bir fark çıkmamıştır. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların Aytın'nın (2014) alışmasıyla farklı olduğu ve duygusal yeme ve katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler değerlendirildiğinde anlamlı bir fark olduğu grlmştir. Ebeveynleri boşanmış kişilerin duygusal yeme seviyelerinin daha fazla olduğu görülmektedir. Duygusal

yeme ve katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler arasında farkı çıkmamasının nedeni katılımcıların homojen dağılmamasından kaynaklandığı ve babası ile yaşayan katılımcı sayısının azlığından olabileceği düşünülmektedir. Anne ve babası ile yaşayan ergenlerin psikolojik olarak rahatlık seviyesi nedeniyle duygusal yeme oranının daha az olması beklenir.

Duygusal yeme ve ebeveyn tutumu değerlendirildiğinde anlamlı bir fark çıkmamıştır. Literatürde veriler incelendiğinde (Gürel, 2017; Yurtsever ve Sütçü, 2017) çalışmalarında ise bizim çalışmamıza karşı olarak duygusal yeme ve ebeveyn tutumu değerlendirildiğinde fark olduğundan ve otoriter ebeveyn tutumunun duygusal yemek yemeyi etkilediğinden bahsetmiştir. Duygusal yeme ve ebeveyn tutumu değerlendirildiğinde anlamlı fark çıkmamasının nedeninin kullanılan ölçeklerin tutarsızlığından ve örneklem grubunun farkından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Araştırmanın farklı bir ölçek ile tekrar çalışılması önerilmektedir.

Duyusal yeme ve katılımcıların ailelerinin gelir düzeyi değerlendirildiğinde anlamlı bir fark çıkmamıştır. Literatürde veriler incelendiğinde bizim çalışmamızla elde edilen sonuçların (Sarısoy ve ark., 2013; Yıldırım ve ark., 2017; Akkol, 2018) çalışmalarıyla benzer olduğu görülmüştür. Gelir düzeyinin duygusal yeme üzerinde etkisi olmadığı düşünülmektedir.

Baron ve Kenny'nin (1986) medyatör analizine istinaden araştırmanın medyatör analizine uygun olmaması nedeni ile medyatör analizi gerçekleştirilememiştir. Bu nedenle dürtüsellik, duygusal yeme ve ebeveyn tutumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen bulgulara istinaden dürtüsellik ile duygusal yeme arasında ve dürtüsellik ile ebeveyn tutumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Tüm bu veriler değerlendirildiğinde ise bu çalışmanın ebeveyn tutumu ve duygusal yeme arasındaki ilişki açısından birbiriyle çelişen sonuçlar olan literatüre yeni bir bakış açısı kazandırıldığı düşünülmektedir.

## BÖLÜM 6

### ÖNERİLER

Bu bölümde, konu ile ilişkili ileride yapılacak diğer araştırmalara ve uygulama alanlarına yönelik bazı öneriler sunulacaktır.

1. Literatürde dürtüsellik, duygusal yeme ve ebeveyn tutumu hakkında ayrı ayrı birçok araştırma bulunmasına rağmen bu üç değişkenin arasındaki ilişki ve etkiyi araştıran çalışma yoktur. Üç değişkenin bulunduğu yeni bir çalışma yapılması gerekmektedir.
2. Ülkemizde dürtüsellik ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişkiyi araştıran daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.
3. Sosyo demografik özellikleri homojen dağılan ve daha büyük bir örneklem grubu ile çalışması gerekmektedir.
4. Katılımcıların araştırma sorularını yaparken sıkılmaları ve soru çokluğundan yorulmaları göz önüne alınmalıdır. Bir sonraki araştırmalarda daha kısa sürede uygulanabilecek ölçeklerin tercih edilmesi önerilebilir.
5. Anne- Baba tutumu ölçeğinin diğer iki ölçek ile ilişkisinin zayıf olması ve ölçeğin kendi içinde korelasyonu olmaması nedeni ile aynı çalışma ebeveyn tutumu ölçen farklı bir ölçekle deneyip gerçekleştirilebilir.

## **Özgeçmiş**

Ezgi Gözegir Temmuz 1993 de İzmir’de doğdu. 2017 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji bölümünden mezun oldu. 2019 yılında Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek lisan öğretime baladı. 2015 yılından beri birçok farklı kurumda stajını tamamladıktan sonra, 2020 yılından itibaren özel bir danışmanlık şirketinde çalışmaktadır.



## Kaynakça

- Acar, S. B. (2015). *Ön ergenlerde öfke ve öfke ifade tarzlarının yordayıcısı olarak anne baba tutumu ve örselenme yaşantılarının incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.).
- Adriaanse, M. A., de Ridder, D. T., & Evers, C. (2011). Emotional eating: Eating when emotional or emotional about eating?. *Psychology and Health*, 26(1), 23-39
- Ainslie, G. (1975). Specious reward: a behavioral theory of impulsiveness and impulse control. *Psychological bulletin*, 82(4), 463.
- Akalın, S., & İrkin, R. (2018). Ebeveynlerin Tutumu ve Davranışlarının Çocukluk Çağı Obezitesi İle İlişkisi. *Izmir Democracy University Health Sciences Journal*, 1(3), 49-62
- Akın, E., & Berkem, M. (2012). Anger and Impulsivity in adolescents attempting suicide.
- Akkol, Ö. (2018). *Genç yetişkin kadınlarda yeme tutumlarının dürtüsellik ve öz duyarlılık ile ilişkisi* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Aktepe, E. (2011, October). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Tanısı Konan Çocuk ve Ergenlerde Eş Tanılar ve Sosyodemografik Özellikler. In *Yeni Symposium* (Vol. 49, No. 4).

- Alşan, Ç. Z. (2005). Anormal yeme tutum ve davranışlarının aile ortamı, özgüven ve mükemmeliyetçilikle ilişkisi. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.*
- Annagür, B. B. (2010). Obezitede çeşitli risk faktörleri ve dürtüsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 2(4), 572-582.*
- Aslan, F. (2013). *Farklı Sosyodemografik Özelliklere Sahip Olan Ailelerin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (Dehb) Olan Çocuklara İlişkin Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi* (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Atalayer, D. (2018). Dürtüsellik ve Aşırı Yeme Arasındaki İlişki: Psikolojik ve Nörobiyolojik Yaklaşımlar. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry, 10(2), 121-137.*
- Aydın, B. (2005). Çocuk ve ergen psikolojisi. *Atlas Yayın Dağıtım, Ankara.*
- Aydoğdu, F., & Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(2).*
- Aytın, N. (2014). *Ergenlerde yeme tutumları ile sorun çözme eğilimleri ve ebeveyne bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology, 51(6), 1173.*
- Başgöl, Ş. S., Tarı, I., & Tutlu, M. G. (2016). 15-17 Yaş Elit ve Amatör Futbolcuların Yeme Tutumu, Benlik Saygısı ve Kişilik Özelliklerin İncelenmesi. *Türk Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 4(1), 35-46.*

- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.
- Baysal A. (2007) Beslenme. *Hatiboğlu Yayinevi, Ankara* .
- Bektas, M., Bektas, I., Selekoğlu, Y., Kudubes, A. A., Altan, S. S., & Ayar, D. (2016). Psychometric properties of the Turkish version of the Emotional Eating Scale for children and adolescents. *Eating behaviors*, 22, 217-221.
- Benton, D., & Donohoe, R. T. (1999). The effects of nutrients on mood. *Public health nutrition*, 2(3a), 403-409.
- Blackman, M., & Kvaska, C. (2010). *Nutrition psychology: improving dietary adherence*. Jones & Bartlett Publishers.
- Bryant-Waugh, R., Markham, L., Kreipe, R. E., & Walsh, B. T. (2010). Feeding and eating disorders in childhood. *International Journal of Eating Disorders*, 43(2), 98-111.
- Bülbül, A. (2014). Ergenlerin algılanan anne baba tutumları ile yakın ilişkilerindeki psikolojik eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Doctoral dissertation, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Büyük, E., Duman, G. (2014) Farklı Okullarda Okuyan Lise Öğrencilerinin Yeme Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi.
- Büyüköztürk, H., Çolak, Ş., Görgülü, F., Saraçoğlu, E., & Saraçoğlu, İ. (2013). Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Yeme Tutumuyla İlişkili Faktörler.
- Calam, R., Waller, G., Slade, P., & Newton, T. (1990). Eating disorders and perceived relationships with parents. *International Journal of Eating Disorders*, 9(5), 479-485.
- Canetti, L. (2002). *EM Food and emotion*, 60:157–64.

- Chen, M., & Johnston, C. (2007). Maternal inattention and impulsivity and parenting behaviors. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(3), 455-468.
- Chesler, B. E. (2012). Emotional eating: a virtually untreated risk factor for outcome following bariatric surgery. *The Scientific World Journal*, 2012.
- Claes, L., Nederkoorn, C., Vandereycken, W., Guerrieri, R., & Vertommen, H. (2006). Impulsiveness and lack of inhibitory control in eating disorders. *Eating behaviors*, 7(3), 196-203.
- Culbert, K. M., & Klump, K. L. (2005). Impulsivity as an underlying factor in the relationship between disordered eating and sexual behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 38(4), 361-366.
- Çakmak, S., Gedikli, H., Demirkol, M. E., & Tamam, L. (2018). Ergenlerde Ebeveyn Ayrılığının Dürtüsellik Üzerine Etkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 21(2).
- Davis, C., Strachan, S., & Berkson, M. (2004). Sensitivity to reward: implications for overeating and overweight. *Appetite*, 42(2), 131-138.
- De Lauzon-Guillain, B., Basdevant, A., Romon, M., Karlsson, J., Borys, J. M., Charles, M. A., & FLVS Study Group. (2006). Is restrained eating a risk factor for weight gain in a general population?. *The American journal of clinical nutrition*, 83(1), 132-138.
- Demir, E. K., & Şendil, G. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(21), 15-25.
- Demirci, E., Özmen, S., & Öztop, D. B. (2016). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Erkek Çocuk ve Ergenlerde Dürtüsellik ve Serum Oksitosin İlişkisi: Bir Ön Çalışma. *Noro-Psikiyatri Arşivi*, 53(4), 291.

- Dougherty, D. M., Mathias, C. W., Marsh, D. M., & Jagar, A. A. (2005). Laboratory behavioral measures of impulsivity. *Behavior Research Methods*, 37(1), 82-90.
- Durualp, E., & Aral, N. (2011). Oyun temelli sosyal beceri eğitimi. *Ankara: Vize Yayıncılık*
- Enticott, P. G., Ogloff, J. R., & Bradshaw, J. L. (2006). Associations between laboratory measures of executive inhibitory control and self-reported impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 41(2), 285-294.
- Erbil, Ö. G. D. N., Divan, Ö. G. D. Z., & Önder, Ö. G. D. P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 10(10), 7-16.
- Erdem, G., & Pak, M. D. (2012). Çocuk ve Ergenlerde Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun Sosyo-Demografik Olarak İncelenmesi Üzerine Bir Çalışma: Ardahan Örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 23(2), 75-82.
- ERDEN, G. T. D., & GÜLER, F. Y. (2014). *Boşanma sürecinde çocukların benlik saygısı depresyon ve kabul-red algısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Doctoral dissertation, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı).
- Erdoğan, G. (2013). *13-18 yaş obez tanısı almış ergenlerin anne-baba tutumu ve sosyal fizik kaygı ile ilişkisinin normal ergenlerle karşılaştırılması* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Erdoğan, E., & Delibaş, D. H. (2019). Erişkin DEHB olan ve olmayan madde bağımlılarında klinik özellikler, eş tanı ve işlevselliğin karşılaştırılması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(3).

- Erel, Ö., & Gölge, Z. B. (2015). Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar ile çocukluk çağı istismar, dürtüsellik ve riskli davranışlar arasındaki ilişki. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(3).
- Ernst, M., & Paulus, M. P. (2005). Neurobiology of decision making: a selective review from a neurocognitive and clinical perspective. *Biological psychiatry*, 58(8), 597-604.
- Eroğlu, F. (2017). *Evli bireylerde psikolojik iyi oluş ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Ticaret Üniversitesi).
- Ertekin, T. (2019). *Ergenlerde yeme tutumu ile bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Esra, Ç. Ö. P., Kültür, S. E. Ç., & Dinç, G. Ş. (2017). Ana babalık Tutumları ile DEHB Belirtileri Arasındaki İlişki.
- Evans, J., & Grange, D. L. (1995). Body size and parenting in eating disorders: A comparative study of the attitudes of mothers towards their children. *International Journal of Eating Disorders*, 18(1), 39-48.
- Evrensel, A., Alparsalan, S., & Yorbik, Ö. (2015). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanılı çocuklarda doğum sırası. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1).
- Eysenck, S. B., & Eysenck, H. J. (1977). The place of impulsiveness in a dimensional system of personality description. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 16(1), 57-68.
- Fraenkel, Jack R., & Wallen, Norman E. (2009). *How to design and evaluate research in education* (Seventh ed.). New York: McGraw-Hill.

- Gedikli, H. (2017). *Evli ve boşanmış ebeveynlerin çocuklarında barrat dürtüsellik ölçeği puanlarının sosyodemografik verilerle birlikte değerlendirilmesi* (Master's thesis, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A simple guide and reference, 10/e*. Pearson Education Boston.
- Gibson, E. L., & Green, M. W. (2002). Nutritional influences on cognitive function: mechanisms of susceptibility. *Nutrition research reviews, 15*(1), 169-206.
- Glatz, T., Stattin, H., & Kerr, M. (2011). Parents' reactions to youths' hyperactivity, impulsivity, and attention problems. *Journal of abnormal child psychology, 39*(8), 1125.
- Glatz, T., & Stattin, H. (2013). Exploring parents' experiences and reactions to adolescents' hyperactivity, impulsivity, and attention problems. *Journal of Marriage and Family, 75*(4), 1030-1043.
- Görmez, V., & Örengül, A. C. (2017). DEHB'li çocuk ve ergenlerin elektronik medya kullanımını açısından değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi, 18*(5).
- Guerrieri, R., Nederkoorn, C., & Jansen, A. (2007). How impulsiveness and variety influence food intake in a sample of healthy women. *Appetite, 48*(1), 119-122.
- Günay, Ş. (1998). Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun (DEHB) yaşam boyu gösterdiği değişimler. *Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanı ve Tedavisi, 40*.
- Gürel, A. (2017). *Ergenlerin duygusal şemalarının ve ebeveyn kontrollerinin yeme tutumlarıyla ilişkisinin incelenmesi* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

- Gürsoy, Ç. (2018). *Genç erişkinlerde bağlanma stilleri ve dürtüsellik düzeyleri ile yeme bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doctoral dissertation, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Hancock, K. J., Lawrence, D., & Zubrick, S. R. (2014). Higher maternal protectiveness is associated with higher odds of child overweight and obesity: a longitudinal Australian study.
- Hjördis, B., & Gunnar, E. (1989). Characteristics of Drop-outs from a long-term behavioral treatment program for obesity. *International Journal of Eating Disorders*, 8(3), 363-368.
- Hollander, E., & Evers, M. (2001). New developments in impulsivity. *The Lancet*, 358(9286), 949-950.
- Hudson, J. I., Hiripi, E., Pope Jr, H. G., & Kessler, R. C. (2007). The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Biological psychiatry*, 61(3), 348-358.
- İmren, S. G., Arman, A. R., Gümüştaş, F., Yulaf, Y., & Çakıcı, Ö. (2013). Karşıt olma karşıt gelme bozukluğu ve/veya davranım bozukluğu eşhastalanımı olan ve olmayan DEHB tanılı çocuk ve ergenlerde aile işlevselliğinin değerdendirilmesi. *Cukurova Medical Journal*, 38(1), 22-30.
- Johnston, C., Murray, C., Hinshaw, S. P., Pelham, W. E., & Hoza, B. (2002). Responsiveness in interactions of mothers and sons with ADHD: Relations to maternal and child characteristics. *Journal of abnormal child psychology*, 30(1), 77-88.
- Johnston, C., & Jassy, J. S. (2007). Attention-deficit/hyperactivity disorder and oppositional/conduct problems: Links to parent-child interactions. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 16(2), 74.



- Kadioğlu, M. (2009). Üniversite öğrencilerinde yeme bozuklukları ve öz-etkililik.
- Kakinami, L., Barnett, T. A., Séguin, L., & Paradis, G. (2015). Parenting style and obesity risk in children. *Preventive medicine*, 75, 18-22.
- Kalon, E., Hong, J. Y., Tobin, C., & Schulte, T. (2016). Psychological and neurobiological correlates of food addiction. In *International review of neurobiology*, 129, 85-110.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Kavakcı, Ö., Demirel, Y., Kuğu, N., Nur, N., & Doğan, O. (2011). Dikkat eksikliği/hiperaktivitenin, dürtüsellik ve obezite ile iliğuksi üzerine bir çalığu. *Cumhuriyet Medical Journal*, 33(4), 413-420.
- King, K. A., Vidourek, R. A., & Merianos, A. L. (2016). Authoritarian parenting and youth depression: Results from a national study. *Journal of prevention & intervention in the community*, 44(2), 130-139.
- Konttinen H. (2012) Dietary habits and obesity: The role of emotional and cognitive factors. (Academic Dissertation, Helsinki University of Social Research Depertman). Finland.
- Kulaksızıoğlu, A. (2004). Ergenlik psikolojisi, (6. Basım). *İstanbul: Remzi Kitabevi*.
- Kuzgun, Y., & Bacanlı, F. (2005). PDR'de kullanılan ölçekler. *Ankara: Nobel Yayın Dağıtım*, 25.
- L'Abate, L. (1993). A family theory of impulsivity. In *The Impulsive Client* (Eds WG McCown, JL Johnson, MB Shure):93-117. Washington DC, American Psychological Association.

- Langer, S. L., Crain, A. L., Senso, M. M., Levy, R. L., & Sherwood, N. E. (2014). Predicting child physical activity and screen time: parental support for physical activity and general parenting styles. *Journal of pediatric psychology, 39*(6), 633-642.
- Lattimore, P. J., Wagner, H. L., & Gowers, S. (2000). Conflict avoidance in anorexia nervosa: An observational study of mothers and daughters. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association, 8*(5), 355-368.
- Lemmens, S. G., Martens, E. A., Born, J. M., Martens, M. J., & Westerterp-Plantenga, M. S. (2011). Lack of effect of high-protein vs. highcarbohydrate meal intake on stress-related mood and eating behavior. *Nutrition journal, 10*(1), 136.
- Levitan, R. D., & Davis, C. (2010). Emotions and eating behaviour: Implications for the current obesity epidemic. *University of Toronto Quarterly, 79*(2), 783-799.
- Lindberg, E. N. A. (2011). Piaget ve ergenlikte bilişsel gelişim. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 19*(1), 1-10.
- Lowe, M. R., & Eldredge, K. L. (1993). The role of impulsiveness in normal and disordered eating.
- Macht, M. (2008). How emotions affect eating: a five-way model. *Appetite, 50*(1), 1-11.
- Macht, M., & Simons, G. (2000). Emotions and eating in everyday life. *Appetite, 35*(1), 65-71.
- Macht, M., Roth, S., & Ellgring, H. (2002). Chocolate eating in healthy men during experimentally induced sadness and joy. *Appetite, 39*(2), 147-158.

- Mackenzie, R. J. (2014). *Çocuğunuza Sınır Koyma*. İstanbul: Yakamoz.
- Maner, F. (2001). Yeme bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 5(4), 130-139.
- Vasta, R., Haith, M. M., & Miller, S. A. (1992). *Child psychology: The modern science*. John Wiley & Sons.
- Miller, E., Joseph, S., & Tudway, J. (2004). Assessing the component structure of four self-report measures of impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 37(2), 349-358.
- Mitchell, G. L., Farrow, C., Haycraft, E., & Meyer, C. (2013). Parental influences on children's eating behaviour and characteristics of successful parent-focussed interventions. *Appetite*, 60, 85-94.
- Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M., & Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American journal of psychiatry*, 158(11), 1783-1793.
- Nederkoorn, C., Jansen, E., Mulkens, S., & Jansen, A. (2007). Impulsivity predicts treatment outcome in obese children. *Behaviour research and therapy*, 45(5), 1071-1075.
- Nguyen-Rodriguez, S. T., Unger, J. B., & Spruijt-Metz, D. (2009). Psychological determinants of emotional eating in adolescence. *Eating Disorders*, 17(3), 211-224.
- Olvera, N., & Power, T. G. (2010). Brief report: parenting styles and obesity in Mexican American children: a longitudinal study. *Journal of pediatric psychology*, 35(3), 243-249.
- Oquendo, M. A., & Mann, J. J. (2000). The biology of impulsivity and suicidality. *Psychiatric Clinics of North America*, 23(1), 11-25.

- Orbatu, D. S. (2020). İzmir İli Lise Çağı Çocuklarında Yeme Farkındalığının Değerlendirilmesi.
- Ouwens, M. A., Van Strien, T., & van der Staak, C. P. (2003). Tendency toward overeating and restraint as predictors of food consumption. *Appetite*, 40(3), 291-298.
- Özer, A., (2013). Aile Sağlığı, *Adolesan Dönemi Psikososyal Gelişim, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir.*
- Özkan, İ. (2014). Ergenlerde anne baba tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.*
- Öztürk, M., Şahiner, I. V., Şahiner, Ş., & Çayköylü, A. (2018). Majör depresif bozukluk tanısı ile başvuran hastalarda beden kitle indeksinin depresyon şiddeti, yeme tutumu ve dürtüsellikle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 19(2), 117-125.
- Özvurmaz, S., Mandıracıoğlu, A., & Lüleci, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumu ve Yeme Tutumuna Etki Eden Faktörler. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2), 841-849.
- Parman, T. (2006). Ailenin yaşamsal döngüsünde ergenlik krizinin yeri. *Yansıtma Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi*, 3(5-6), 11-16.
- Parman, T. (2008). Ergenlik ya da merhaba hüznün. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Parman, T. (2011). Winnicott'un kuramında ergenlik. *Psikanaliz Yazıları*, 23, 79-89.
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal of clinical psychology*, 51(6), 768-774.

- Podlesak, A. K., Mozer, M. E., Smith-Simpson, S., Lee, S. Y., & Donovan, S. M. (2017). Associations between Parenting Style and Parent and Toddler Mealtime Behaviors. *Current developments in nutrition, 1*(6).
- Rodenburg, G., Kremers, S. P., Oenema, A., & van de Mheen, D. (2012). Associations of children's appetitive traits with weight and dietary behaviours in the context of general parenting. *PloS one, 7*(12).
- Sabet, M. (2011). *Impulsivity and Obesity in Adolescents* (Doctoral dissertation, The Ohio State University).
- Sak, R., Sak, İ. T. Ş., Atli, S., & Sahin, B. K. (2015). Okul Öncesi Dönem: Anne Baba Tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11*(3). 972-991.
- Sarı, C. (2008). *Ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri ve uyumlarını yordayan bazı değişkenler* (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Sarısoy, G., Atmaca, A., Ecemiş, G., Gümüş, K., & Pazvantoğlu, O. (2013). Obezite hastalarında dürtüsellik ve dürtüsellüğün beden algısı ve benlik saygısı ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg, 14*, 53-61.
- Scaglioni, S., Salvioni, M., & Galimberti, C. (2008). Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour. *British Journal of Nutrition, 99*(S1), S22-S25.
- Seçkin, S. (2015). *Ergenlerde ebeveynlerden algılanan ilgi/kabul ile ergenin sosyal uyumu ve dürtü kontrol düzeyi arasındaki ilişki* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Semerci, B. (2015). *Birlikte Büyütelim*. İstanbul: Alfa.
- Sevinçer, GM. (2013) Konuk N. Duygusal yeme. *Journal of Mood Disorders, 3*.171-178.

- Sleddens, S. F., Gerards, S. M., Thijs, C., De Vries, N. K., & Kremers, S. P. (2011). General parenting, childhood overweight and obesity-inducing behaviors: a review. *International journal of pediatric obesity*, 6(sup3), e12-27.
- Snoek, H. M., Engels, R. C., Janssens, J. M., & van Strien, T. (2007). Parental behaviour and adolescents' emotional eating. *Appetite*, 49(1), 223-230.
- Snoek, H. M., Engels, R. C., Van Strien, T., & Otten, R. (2013). Emotional, external and restrained eating behaviour and BMI trajectories in adolescence. *Appetite*, 67, 81-87.
- Steinberg, L. (2007). Ergenlikte psikososyal sorunlar. *EG Kapçı, Çev. Ergenlik içinde (F. Çok, Çev. Ed.)*. Ankara: İmge Kitapevi Yayınları.
- Straus, M. A., & Mouradian, V. E. (1998). Impulsive corporal punishment by mothers and antisocial behavior and impulsiveness of children. *Behavioral sciences & the law*, 16(3), 353-374.
- Şen, M. (2019). *Psikolojik destek alan ve almayan bireylerde çocukluk çağı travmaları ve dürtüsellik ilişkisinin incelenmesi* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Tamam, L., Güleç, H., & Karatas, G. (2013). Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Türkçe Uyarlama Çalışması/Short Form of Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11-SF) Turkish Adaptation Study. *Noro-Psikiyatri Arsivi*, 50(2), 130.
- Tholin, S., Rasmussen, F., Tynelius, P., & Karlsson, J. (2005). Genetic and environmental influences on eating behavior: the Swedish Young Male Twins Study. *The American journal of clinical nutrition*, 81(3), 564-569.

- Toker, D. E., & Hocaoglu, C. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam*, 22(1-4), 36-42.
- Topham, G. L., Hubbs-Tait, L., Rutledge, J. M., Page, M. C., Kennedy, T. S., Shriver, L. H., & Harrist, A. W. (2011). Parenting styles, parental response to child emotion, and family emotional responsiveness are related to child emotional eating. *Appetite*, 56(2), 261-264.
- Toros, F., Tot, Ş., & Avcı, A. (2002). Çocuk ve ergenlerde Tourette Bozukluğu: Sosyodemografik, klinik özellikler ve eştanılar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(3), 187-196
- Toros, F. (2010). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Ergenlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumu ve Ebeveynlerinin Evlilik Uyumluluğu Arasındaki İlişki. In *Yeni Symposium* (Vol. 48, No. 3).
- Tozzi, F., Sullivan, P. F., Fear, J. L., McKenzie, J., & Bulik, C. M. (2003). Causes and recovery in anorexia nervosa: The patient's perspective. *International Journal of Eating Disorders*, 33(2), 143-154.
- TÜİK. (2018). Türkiye İstatistik Kurumu 2019.
- Uyan, Z. (2014). Ergenlerde dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu sıklığının araştırılması. *Konuralp Tıp Dergisi*, 6(3), 21-26.
- Uzdil, Z., Özenoğlu, A., & Gökçe, Ü. N. A. L. (2017). Lise Öğrencilerinde Yeme Tutumlarının Beslenme Alışkanlıkları, Antropometrik ve Demografik Özellikleri ile İlişkisi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 11-18.
- Uzun, M. E., Uçar, H. N., & Vural, A. P. (2019). Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Ergenlerde Bağlanma Özellikleri ve Ebeveyn Tutumları. *Güncel Pediatri*, 17(2), 300-313.

- Ünlü, G., Aras, Ş., Güvenir, T., Büyükgebiz, B., & Bekem, Ö. (2006). Yeme reddi olan çocukların annelerinde kişilik bozuklukları, depresyon ve anksiyete belirtileri ve aile işlevleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 15-17.
- Ünsal, A., Tozun, M., Ayrancı, Ü., & Arslantaş, D. (2010). Türkiye'nin batısındaki bir ilçede lise öğrencilerinde olası yeme bozukluğu görülme sıklığı ve ilişkili faktörler. *Dirim Tıp Gazetesi*, 85(3), 100-112.
- Van Strien, T., Frijters, J. E., Bergers, G. P., & Defares, P. B. (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International journal of eating disorders*, 5(2), 295-315.
- Vollmer, R. L., & Mobley, A. R. (2013). Parenting styles, feeding styles, and their influence on child obesogenic behaviors and body weight. A review. *Appetite*, 71, 232-241.
- Waller, G., Slade, P., & Calam, R. (1990). Who knows best? Family interaction and eating disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 156(4), 546-550.
- Winstanley, C. A., Eagle, D. M., & Robbins, T. W. (2006). Behavioral models of impulsivity in relation to ADHD: translation between clinical and preclinical studies. *Clinical psychology review*, 26(4), 379-395.
- Yavuzer, H. (1985). Çocuk Psikolojisi, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Yavuzer, H. (2013). Ana-Baba ve Çocuk. İstanbul: Remzi.
- Yavuzer, H. (2016). Çocuk Eğitimi El Kitabı. İstanbul: Remzi.
- Yavuzer, H., & Demir, İ. (2016). Yeni kuşak anne-babalar ve çocukları. *İstanbul, Remzi Kitapevi*.



- Yazici, K., & Yazici, A. E. (2010). Dürtüselliğin nöroanatomik ve nörokimyasal temelleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2:254-280.
- Yıldırım, M. S. (2016). *Ergenlerde internet bağımlılığının obezite ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Yıldırım, S., Uskun, E., & Kurnaz, M. (2017). Bir il merkezinde liselerde eğitim gören öğrencilerin yeme tutumları ve ilişkili faktörler. *J. Pediatr Res*, 4, 149-55.
- Yılmaz, A. (2000). Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne-baba tutumu ile çocukların, ergenlerin ve gençlerin akademik başarıları ve benlik algıları arasındaki ilişkiler. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*.
- Yurtsever, S. S., & Sütçü, S. T. (2017). Algılanan Ebeveynlik Biçimleri ile Bozulmuş Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20-43.
- Zahedani, Z. Z., Rezaee, R., Yazdani, Z., Bagheri, S., & Nabeiei, P. (2016). The influence of parenting style on academic achievement and career path. *Journal of advances in medical education & professionalism*, 4(3), 130.

## **EK A. EBEVEYİN İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU**

Değerli katılımcı,

### **BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU**

Tarih:

...../...../.....

Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Çocuk-Ergen alt dalında yüksek lisans öğrencisi Ezgi Gözegir tarafından Dr. Öğr. Üyesi Ertan Görgü danışmanlığında yürütülen bu araştırmanın amacı ergenlerde dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkide ebeveyn tutumunun aracı rolünün incelemektir.

Araştırma için sizden istediğimiz, size ilettiğimiz formlardaki her soruyu tek tek okuyarak size en uygun yanıtları vermenizdir. Bu uygulama yaklaşık 20 dakika sürecektir. Bu çalışma ya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra geri çekilme hakkına sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır.

Araştırmaya dair bilgi edinmek istediğinizde araştırmacıya 05356841270 numaralı telefon ve ezgigozegir@gmail.com mail adresinden ulaşabilirsiniz.

Bu yazıyı okuduktan sonra araştırmamıza gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorsanız lütfen aşağıdaki onay bölümünü doldurup imzalayınız.

**Katılımcı Beyanı:**

Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda Ezgi Gözegir tarafından yürütülen ve Dr. Öğr. Üyesi Ertan Görgü tarafından yönetilen bu çalışma hakkında yukarıda verilen bilgileri okudum. Katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını anladım. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle katılmayı kabul ediyorum.

**Katılımcı İmza:**

**Tanık İmza:**

## **EK B. KATILIMCI İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU**

“Ergenlerde Dürtüsellik ve Duygusal Yeme Arasındaki İlişkide Ebeveyn Tutumunun Aracı Rolünün İncelenmesi”

Başlıklı Tez Araştırması İçin

Katılımcı için Bilgiler:

Tarih:...../...../.....

Başlıklı Tez Araştırması İçin

Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Ertan Görgü gözetiminde Işık Üniversitesi Çocuk Ergen Alt Dalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Bölümü bitirme tezi dâhilinde Ezgi Gözegir tarafından yürütülmekte olup, araştırmanın amacı “ergenlerde dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkide ebeveyn tutumunun aracı rolünü” analiz etmektir.

Araştırma için sizden yapmanızı istediğimiz, size ilettiğimiz formlardaki her soruyu tek tek okuyarak size en uygun yanıtları vermenizdir. Anlamadığımız sorularda araştırmacıdan yardım isteyebilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmanız halinde kişisel bilgilerinizin gizliliğine saygı gösterilecek, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında da özenle korunacaktır. Veriler, kimlik bilgileriniz gizli kalmak koşuluyla bu ve farklı araştırmalarda kullanılacaktır.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz.

Bu yazıyı okuduktan sonra araştırmamıza gönüllü olarak katılmak istiyorsanız aşağıdaki onay bölümünü doldurunuz ve imzalayınız.

Katılımcının Beyanı:

Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı’nda Dr. Öğr. Üyesi Ertan Görgü gözetiminde Ezgi Gözegir tarafından yürütülen bu çalışma hakkında verilen yukarıdaki bilgileri okudum. Yapılan tüm açıklamaları ayrıntıları ile anlamış bulunuyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi.

Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi isteğimle katılmayı kabul ediyorum.

**Katılımcı İmza:**

**Veli veya Vasi İmza:**

**Araştırmacı İmza:**

## EK C. SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz:

Erkek ( ) Kız ( )

2. Yaşınız: \_\_\_\_\_

3. Boyunuz : \_\_\_\_\_

4. Kilonuz : \_\_\_\_\_

5. Sınıfınız: \_\_\_\_\_

Lise1( ) Lise2( ) Lise3( ) Lise4( )

6. Okulunuz:

7. Anne-Baba Eğitim Düzeyi:

Anne: İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

Baba: İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

8. Anne- baba birliktelik durumu:

Birlikte : ( ) Ayrı : ( )

9. Ayrı ise kiminle kalıyorsunuz?

Anne ( ) Baba ( )

10. Ailenizin toplam aylık gelirini işaretleyiniz.

Asgari ( )

2021TL ile 3500 Tl arasında ( )

3500Tl ile 4500 Tl arasında ( )

4500 TL'den fazla ( )

11. Okul başarınız:

Düşük( ) Orta ( ) Yüksek ( )

12. Bu yılki not ortalamanız: \_\_\_\_\_
13. Kaç kardeşiniz? (Sizinle beraber): \_\_\_\_\_
14. Kaçınıcı çocuksunuz? \_\_\_\_\_
15. Psikolojik tedavi/terapi alıyor musunuz? Evet ( ) Hayır ( )
16. Bugüne kadar hiç psikolojik desteğe ihtiyaç duydunuz mu? Evet ( ) Hayır ( )
17. İlaç kullanıyor musunuz? Evet ( ) Hayır ( )  
Evet ise kullandığınız ilaçlar: \_\_\_\_\_
18. Ameliyat geçirdiniz mi? Evet ( ) Hayır ( )  
Evet ise geçirdiğiniz ameliyatlara: \_\_\_\_\_
19. Diyet tedavisi alıyor musunuz? Evet ( ) Hayır ( )  
Evet ise ne kadar süredir: \_\_\_\_\_

## EK D. BARATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ-11

### Barratt Dürtüsellik Ölçeği -11 Türkçe Versiyonu

**Açıklamalar:** İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir.

Lütfen her cümleyi okuyunuz ve bu sayfanın sağındaki, size en uygun daire içine X koyunuz.

Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Nadiren/ Hiçbir zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen her zaman/ Her zaman
1 İşlerimi dikkatle planlarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Düşünmeden iş yaparım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Hızla karar veririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Hiç bir şeyi dert etmem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Dikkat etmem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Uçuşan düşüncelerim var	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Seyahatlerimi çok önceden planlarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Kendimi kontrol edebilirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Kolayca konsantre olurum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Düzenli para biktirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Derslerde veya oyunlarda yerimde duramam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Dikkatli düşünen birisiyim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 İş güvenliğine dikkat ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Düşünmeden bir şeyler söylerim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Karmaşık problemler üzerine düşünmeyi severim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Sık sık iş değiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Düşünmeden hareket ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Zor problemler çözmem gerektiğinde kolayca sıkılırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 Aklıma estiği gibi hareket ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 Düşünerek hareket ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 Sıklıkla evimi değiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 Düşünmeden alışveriş yaparım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 Aynı anda sadece birtek şey düşünebilirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 Hobilerimi değiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25 Kazandığımdan daha fazla harcarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26 Düşünürken sıklıkla zihnimde konuyla ilgisiz düşünceler oluşur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27 Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28 Derslerde veya sinemada rahat oturamam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29 Yap-boz/puzzle çözmeyi severim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30 Geleceğini düşünen birisiyim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## EK E. ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ

Duygularımızı hepimiz farklı şekillerde gösteririz. Bazı duygular bizde yeme isteği uyandırır. Aşağıda verilen duygu durumlarının sizde oluşturduğu yeme isteğini ifade eden kutuyu işaretleyiniz.

Bu şekilde Hissettiğim Zaman	Çok az yemek isterim	Az yemek isterim	Yemek isterim	Çok yemek isterim	Aşırı yemek isterim	Bir hafta içinde ortalama kaç gün bu duyguları hissettiğin için bu şekilde yemek yersin?
1.Kırgın						
2.Cesareti kırılmış						
3.Yıpranmış						
4.Yetersiz						
5.Heyecanlı						
6.Asi						
7.Aşağılanmış						
8.Stresli						
9.Üzüntülü						
10.Huzursuz						
11.Tedirgin						
12.Kıskanç						
13.Endişeli						
14.Hayal kırıklığına uğramış						
15.Yalnız						
16.Öfkeli						
17. Gergin						
18.Şaşkın						
19.Sinirli						
20.Kızgın						
21.Suçlu						
22.Bıkkın						
23.Çaresiz						
24. Üzgün						
25. Güçsüz						
26.Mutlu						

## EK F. ANNE- BABA TUTUM ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki sorulara kendi **anne** ve **babamızı** düşünerek dikkatle okuyup cevaplandırınız. Aşağıdaki durumun anne ve babanızın davranışa ne kadar benzediğini düşününüz.

Eğer **TAMAMEN BENZİYORSA** aşağıdaki cümlelerin başındaki kutunun içine **4**;  
**BİRAZ BENZİYORSA** **3**;  
**BENZEMİYORSA** **2**;  
**HİÇ BENZEMİYORSA** **1** yazınız.

	1. Herhangi bir sorunun okluğunda, eminim annem ve babam bana yardım ederler.
	2. Annem ve babam büyüklerle tartışmamam gerektiğini söylerler.
	3. Annem ve babam yaptığım her şeyin en iyisini yapmam için beni zorlarlar.
	4. Annem ve babam herhangi bir tartışma sırasında başkalarını kızdırmamak için susmam gerektiğini söylerler.
	5. Annem ve babam bazı konularda "en kendi karar ver" derler
	6. Derslerimden ne zaman düşük not alsam, annem ve babam bana kızar.
	7. Ders çalışırken anlayamadığım bir şey okluğunda annem ve babam bana yardım ederler.
	8. Annem ve babam kendi görüşlerinin doğru okluğunu bu görüşleri onlarla tartışmamam gerektiğini söylerler.
	9. Annem ve babam benden bir şey yapmamı istediklerinde, niçin bunu yapmam gerektiğini de açıklarlar.
	10. Annem ve babamla her tartıştımda bana "büyüdüğün zaman anlarsın" derler.
	11. Derslerimden düşük not aldığımda, annem ve babam beni daha çok çalışmam için desteklerler.
	12. Annem ve babam yapmak istediklerim konusunda kendi kendime karar vermeme izin verirler.
	13. Annem ve babam arkadaşlarımı tanırlar.
	14. Annem ve babam istemedikleri bir şey yaptığımda, bana karşı soğuk davranırlar ve küserler.
	15. Annem ve babam sadece benimle konuşmak için zaman ayırırlar.
	16. Derslerimden düşük not aldığımda, annem ve babam bana öyle davranırlar ki suçluluk duyur ve utanırım.
	17. Ailemle birlikte hoşça vakit geçiririz.
	18. Annemi ve babamı kızdıracak bir şey yaptığımda onlarla birlikte yapmak istediğim şeyleri yapmama izin vermezler.



## EK F. ANNE- BABA TUTUM ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki her ifadenin yanında bukmun kutulardan sadece size uygun olanın içine (X) işareti koyunuz.

19. Genel olarak annen ve baban okul zamanı hafta içinde gece arkadaşlarıyla bir yere gitmene izin verirler mi?

Evet

Hayır

Eğer cevabınız **Evet** ise aşağıdaki soruları cevaplayınız.

Hafta içinde en geç saat kaçta kadar gece dışarıda kalmanıza izin verilir (Pazartesi-Cuma)?

20.00'dan önce   
20.00-20.59 arası   
21.00-21.59 arası

22.00-22.59   
23.00 ya da daha geç   
İstediğim saate kadar.

20. Genel olarak annen ve baban hafta sonları gece arkadaşlarıyla bir yere gitmene izin verirler mi?

Evet

Hayır

Eğer cevabınız **Evet** ise aşağıdaki soruları cevaplayınız.

Hafta içinde en geç saat kaçta kadar gece dışarıda kalmanıza izin verilir (Pazartesi-Cuma)?

20.00'dan önce   
20.00-20.59 arası   
21.00-21.59 arası

22.00-22.59   
23.00 ya da daha geç   
İstediğim saate kadar.

Annen ve baban aşağıdakileri öğrenmek için ne kadar çaba gösterirler?

21. Eğer bir yere gittiysen nereye gittiğini,  
22. Boş zamanlarımızda ne yaptığını,  
23. Okuldan çıktıktan sonra ne yaptığını,

Hiç çaba göstermez	Çok az çaba gösterir	Çok çaba gösterir
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Annen ve babanın aşağıdakiler hakkında ne kadar bilgileri vardır?

24. Eğer gece bir yere gittiysen nereye gittiğin,  
25. Boş zamanlarımızda ne yaptığın,  
26. Okuldan çıktıktan sonra nereye gittiğin,

Bilgileri yoktur	Çok az bilgileri vardır	Çok bilgileri vardır
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## EK G. IŞIK ÜNİVERSİTESİ ETİK KURUL ONAY FORMU

Evrak Tarih ve Sayısı: 16/01/2020-236  
Evrak Tarih ve Sayısı: 24/12/2019-15577

FMV IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI  
ETİK KURUL ALT KOMİSYON RAPORU

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı 218MFY9039 öğretili no'lu, Ergi Gözgir tarafından yürütülecek olan "Ergenlerde Dürüstlük ve Duygusal Yeme Annesindeki Etkide Ebeveyn Tutumunun Aracı Rolüne İncelenmesi" başlıklı tez araştırma protokolüne ait deneyim incelenmesi sürecinde; tez araştırmasında katılımcıların risklerinin bulunmadığı, katılımcı/teknikler seçiminin yeterli olduğu, savunmasız herhangi bir katılımcının bulunmadığı, katılımcıların gönüllü olarak katıldıkları bildirilen bilgilendirilmiş onay formunun düzenlendiği, katılımcıların gizlilik ilkesine uygun olarak bilgi ve verilerinin korunduğu, kimlik bilgilerinin açık tutularak bulguların sadece bilimsel amaçla ve toplum yararını için kullanılacağına açıklandığı belirtilmiş ve etik yönden uygun bulunmuştur. 05.12.2019

Dr.Öğr.Öyvel S. Vardar Yücel Dr.Öğr.Öyvel Berna Akınar Yayla Dr.Öğr.Öyvel Selin Karaköten

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

## EK G. IŞIK ÜNİVERSİTESİ ETİK KURUL ONAY FORMU

Evrak Tarih ve Sayısı: 16/01/2020-236  
Evrak Tarih ve Sayısı: 24/12/2019-15577

FMV IŞIK ÜNİVERSİTESİ			
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS			
TEZ/PROJE/ARAŞTIRMA ÇALIŞMALARINI İÇİN			
ETİK ALTY KURUL DEĞERLENDİRME FORMU			
Tez/Proje/Araştırma Adı	:	Ergenlerde Dönüşümlük ve Duyusal Yeter Anlamındaki İlişki İlişkisine Yönelik Bir Araştırma	
Yürütücü	:	Engel Güneş	
Deneyim	:	Dr. Öğr. Üyesi İsmail Güneş	
İzleme Tarihi	:	28.11.2019	
1. İhtilaf gereği çalışma için Etik Kurul onayı gerekli miydi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
2. Katılımcılara uygun şekilde riskler belirlenmiş miydi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
	(a) Risk var mı?	<input type="checkbox"/> Evet	<input checked="" type="checkbox"/> Hayır
	(b) Yarar var mı?	<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
	(c) Bu yararlar için riskler değer mi?	<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
3. Riskler minimize edilmiş mi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
4. Yararlar maksimize edilmiş mi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
5. Katılımcı seçimi dengeli mi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
6. Tavuzatlar katılımcılar için okunabilir mi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
7. Katılımcılara bilgi ve bilgilendirilme bir şekilde yapılmış mıdır?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
	(a) Katılım onay formu var mı?	<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
	(b) Formu anlayabilir bir şekilde mi?	<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
8. Cinsel yegân ve taciz riskleri değerlendirilmiştir mi?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
9. Yararların korunması için gerekli tedbirler alınmış mıdır?		<input checked="" type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
SONUÇ		<input checked="" type="checkbox"/> Etik açıdan uygundur	<input type="checkbox"/> Etik açıdan değerlendirilmelidir.
		<input type="checkbox"/> Etik açıdan uygun değildir	
*Nedenleriniz ayrı bir rapor halinde açıklanmalıdır.			
TARİHİ	24.12.2019	Dr. Öğr. Üyesi İsmail Güneş	Dr. Öğr. Üyesi İsmail Güneş
			

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.