

**PROFESYONEL DANCİ OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE  
BAĞLANMA STİLLERİ, SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE  
YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN  
İNCELENMESİ**

**İLAYDA ÇELİK**

**IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
OCAK, 2023**

PROFESYONEL DANCİ OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE  
BAĞLANMA STİLLERİ, SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE YEME  
TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

İLAYDA ÇELİK

Işık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans  
Programı, 2023

Bu tez, Işık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA)  
derecesi için sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
OCAK, 2023

İŞIK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

PROFESYONEL DANCİ OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE BAĞLANMA  
STİLLERİ, SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE YEME TUTUMLARI  
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

İLAYDA ÇELİK

ONAYLAYANLAR:

Dr. Öğr. Üyesi Ezgi Deveci  
(Tez Danışmanı)

Işık Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Fatma Kahraman

Acıbadem Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Elif Yıldırım

Işık Üniversitesi

ONAY TARİHİ: 23/01/2023

# **INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES, SOCIAL APPEARANCE ANXIETY, AND EATING ATTITUDES IN PROFESSIONAL DANCERS AND NON-DANCERS**

## **ABSTRACT**

The aim of this research was to examine the relationship between attachment styles, social appearance anxiety, and eating attitudes in professional dancers who are seen as a risk group for eating disorders, and the non-dancer comparison group. The sample size of the research consisted of 383 participants between the ages of 18 and 79 (159 were professional dancers and 224 were non-dancer group participants). Demographic Information Form, Three-Dimensional Attachment Styles Scale, Social Appearance Anxiety Scale, and Eating Attitude Test Short Form (EAT-26) were given to the participants via online forms. Independent Sample T-Test, Pearson Correlation, Simple Linear Regression, and Mediator analysis were used to test the hypothesis. According to the results of the conducted analysis, professional dancers' eating attitudes were more distorted when contrasted with the non-dancer group and the Body Mass Index (BMI) scores of professional dancers were significantly lower than those of the non-dancer group. For both dancer and non-dancer groups, insecure attachment styles (avoidant and anxious attachment) and social appearance anxiety were positively correlated with eating attitudes. Anxious attachment, and social appearance anxiety predicted eating attitudes positively. Social appearance anxiety had a mediator role in the relationship between anxious attachment style and eating attitudes for both groups. However, in the relationship between avoidant attachment style and eating attitudes, social appearance anxiety had a mediator role for professional dancer group but not for non-dancer group. The results showed that professional dancers are under more risk in terms of disordered eating attitudes. Also, insecure attachment styles and social appearance anxiety contribute to disordered eating attitudes.

**Key words:** Eating Attitudes, Dancer, Social Appearance Anxiety, Attachment, Insecure Attachment.

# PROFESYONEL DANCİ OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE BAĞLANMA STİLLERİ, SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkilerin yeme bozuklukları açısından risk grubu olarak görülen profesyonel dansçı grubu ve dansçı olmayan karşılaştırma grubunda incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini 18-79 yaş arası toplam 383 katılımcıdan oluşmaktadır (159 profesyonel dansçı grubu katılımcısı ve 224 profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu katılımcısı). Demografik Bilgi Formu, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, YTT-26 ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği katılımcılara online olarak iletilmiştir. Hipotezleri test edebilmek adına bağımsız örneklem t-test analizi, Pearson korelasyon analizi, basit doğrusal regresyon analizi ve aracı etki analizi (Process Macro Model 4) kullanılmıştır. Yürütülen analizlerin sonuçlarına göre, profesyonel dansçıların yeme tutumları dansçı olmayan karşılaştırma grubunun yeme tutumlarına kıyasla daha fazla bozulma göstermektedir ve profesyonel dansçıların Beden Kitle İndeksi (BKİ) dansçı olmayan grubun BKİ değerinden anlamlı derecede düşüktür. Hem profesyonel dansçı grubu için hem de dansçı olmayan karşılaştırma grubu için güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) ve sosyal görünüş kaygısı değişkenleri, yeme tutumları ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Kaygılı bağlanma stili ve sosyal görünüş kaygısı değişkenlerinin yeme tutumlarını anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Her iki grup için de kaygılı bağlanma stili ile yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısı değişkeni aracı rolü oynamaktadır ancak kaçınan bağlanma stili ile yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısı profesyonel dansçı grubunda aracı etkiye sahipken dansçı olmayan karşılaştırma grubunda aracı etkiye sahip değildir. Sonuçlar göstermiştir ki, profesyonel dansçı grubu yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından daha fazla risk altındadır ve güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) ile sosyal görünüş kaygısı bozulmuş yeme tutumlarına katkı sağlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Yeme Tutumları, Dansçı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Bağlanma, Güvensiz Bağlanma.

## TEŞEKKÜR

Tezimi tamamlarken yaşadığım tüm kaygılara rağmen iletişim şekli, sakinliği ve desteğiyle hayranlık duyduğum ve yanımda olan değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Ezgi Deveci' ye sabrı ve titizliği için teşekkür ederim. Sürece beraber başlayıp bazı aksilikler sebebiyle devam edemediğimiz Dr. Öğr. Üyesi Selin Karaköse'ye tezime katkılarından dolayı teşekkür ederim. Tam 7 yıldır ikinci evim olan Trio Dans Akademi'nin kıymetli hocaları Şenol Vefa Gülmez, Seçil Şenol ve canım arkadaşlarım İmge Yığılı, Ege Karaburun'a ve veri toplarken destek olan tüm dansçılara destekleri için teşekkür ederim.

Annem Süreyya Çelik, babam Koçaş Çelik ve kardeşim Atahan Çelik'e sürecin büyük kısmında ayrı şehirlerde olsak bile hissettiğim destekleri, iyisiyle kötüsüyle tüm duygularımı benimle beraber deneyimleyişleri için minnet ve teşekkürlerimi sunuyorum. Tez sürecimin büyük kısmında 3500 km uzakta olmasına rağmen varlığını yakınımnda hissettiğim en yakın arkadaşım ve canım Bumin Kağan Yıldırım'a teşekkür ederim. Arkadaş seçimi konusunda kendimi çok başarılı hissettiren, akademik ve sosyal destek sağlayan canım arkadaşlarım Ayşe Yaren Kurden, Alican Yalçın, Hülya Fidantek, Burçak Güler, Seren Öztürk, Ayşe Tandoğan, Ceren Koçer, Bedir Bulut, Ecehan Gülmez'e çok teşekkür ederim. Hiçbirinizi ailemden ayrı görmüyorum, samimiyetiniz ve varlığınız bu dünyadaki en kıymetli birikim.

İlayda ÇELİK

## İÇİNDEKİLER

<b>ONAY SAYFASI</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iii</b>
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	<b>v</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vi</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>KISALTMALAR LİSTESİ</b> .....	<b>xii</b>
<b>BÖLÜM 1</b> .....	<b>1</b>
1. GİRİŞ .....	1
<b>BÖLÜM 2</b> .....	<b>3</b>
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR.....	3
2.1 Dans .....	3
2.1.1 Dansçılarda Beden ve Psikolojik Sağlık .....	4
2.2 Yeme Davranışı.....	5
2.3 Yeme Tutumu.....	6
2.4 Yeme Bozuklukları.....	7
2.4.1 Anoreksiya Nervoza.....	9
2.4.2 Bulimiya Nervoza .....	10
2.4.3 Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu .....	10
2.5 Sosyal Karşılaştırma Teorisi .....	11
2.6 Sosyal Görünüş Kaygısı.....	11
2.7 Bağlanma Teorisi .....	12
2.7.1 İçsel Çalışan Modeller.....	14
2.7.2 Bağlanma Stilleri .....	14
2.7.2.1 Güvenli Bağlanma .....	15
2.7.2.2 Kaygılı Bağlanma .....	16



2.7.2.3 Kaçingın Bağlanma.....	17
<b>BÖLÜM 3.....</b>	<b>19</b>
3. KAVRAMLAR ARASI İLİŞKİLER.....	19
3.1 Yeme Tutumları ve Bağlanma .....	19
3.2 Yeme Tutumları ve Sosyal Görünüş Kaygısı .....	20
3.3 Bağlanma ve Sosyal Görünüş Kaygısı .....	21
<b>BÖLÜM 4.....</b>	<b>23</b>
4. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ VE VARSAYIMLAR .....	23
4.1 Araştırma Hipotezleri .....	23
4.2 Araştırmanın Varsayımları ve Sınırlılıkları .....	24
<b>BÖLÜM 5.....</b>	<b>26</b>
5. YÖNTEM.....	26
5.1 Örneklem.....	26
5.2 Veri Toplama Araçları.....	27
5.2.1 Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	27
5.2.2 Demografik Bilgi Formu .....	27
5.2.3 Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği .....	27
5.2.4 Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği.....	28
5.2.5 Yeme Tutum Testi Kısa Form (YTT-26).....	28
5.3 İşlem .....	29
5.4 Verilerin Analizi.....	29
<b>BÖLÜM 6.....</b>	<b>31</b>
6. BULGULAR .....	31
6.1 Örneklem Demografik Özellikleri.....	31
6.2 Ölçüm Araçlarının Normallik Analizleri.....	35
6.3 Ölçüm Araçlarının Betimleyici Analizleri.....	36
6.4 Ölçüm Araçlarının Güvenirlik Analizleri .....	36
6.5 Profesyonel Dansçı Olan ve Olmayan Grubun Karşılaştırılması.....	37
6.6 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumlarının Cinsiyetlere Göre Karşılaştırılması.....	39
6.7 Yeme Tutumlarının İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	40
6.8 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Aralarındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Analizlerinin Sonuçları.....	41
6.9 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerine Yönelik Basit Regresyon Analizlerinin Sonuçları .....	43

6.10 Profesyonel Dansçılarda Güvensiz Bağlanma Stilleri ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkide Sosyal Görünüş Kaygısının Aracı Rolünün İncelenmesi.....	47
6.11 Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Bağlanma Stilleri ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkide Sosyal Görünüş Kaygısının Aracı Rolünün İncelenmesi .....	49
<b>BÖLÜM 7.....</b>	<b>52</b>
7. TARTIŞMA.....	52
7.1 Yeme Tutumları, Bağlanma Stilleri ve Sosyal Görünüş Kaygısı Değişkenlerindeki Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Sonuçların İncelenmesi.....	52
7.2 Yeme Tutumlarının İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	54
7.3 Yeme Tutumları, BKİ, Bağlanma Stilleri ve Sosyal Görünüş Kaygısı Değişkenlerinin Profesyonel Dansçılar ve Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubuna Göre İncelenmesi .....	54
7.4 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Aralarındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	55
7.5 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumlarına İlişkin Yordayıcı Etkilerin İncelenmesi .....	57
7.6 Sosyal Görünüş Kaygısının Aracılık Etkisine Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi.....	58
7.7 Sonuç ve Öneriler.....	59
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>62</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>74</b>
<b>EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU .....</b>	<b>74</b>
<b>EK B DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU .....</b>	<b>76</b>
<b>EK C ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ .....</b>	<b>78</b>
<b>EK D SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ .....</b>	<b>79</b>
<b>EK E YEME TUTUM TESTİ KISA FORMU .....</b>	<b>80</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>81</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 6.1 Kadın ve Erkek Yaş Ortalamaları .....	32
Tablo 6.2 Araştırmadaki Gruplara Ait Sosyodemografik Bilgiler ve Ki-kare Testi ..	32
Tablo 6.3 Profesyonel Dansçı Grubunun Dans Türlerine Göre Dağılımı.....	33
Tablo 6.4 Profesyonel Dansçı Grubunun Dans Edilen Yıl Sayısına Göre Dağılımı ..	34
Tablo 6.5 Profesyonel Dansçı Grubunun Dans Günlerine Göre Dağılımı.....	34
Tablo 6.6 Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Ölçeklerinin Normallik Testi Analizleri.....	35
Tablo 6.7 Araştırmada Yer Alan Değişkenlerin Betimleyici Analizleri.....	36
Tablo 6.8 Gruplara Göre Değişkenlerin Karşılaştırılması .....	38
Tablo 6.9 Değişkenlerin Cinsiyetlere Göre Karşılaştırılması .....	39
Tablo 6.10 YTT-26'nın Cinsiyetlere ve Gruplara Göre Ortalama Değerleri.....	40
Tablo 6.11 İki Yönlü Varyans Analizi Tablosu .....	41
Tablo 6.12 Profesyonel Dansçı ve Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Kadın ve Erkek YTT-26 Puan Karşılaştırması .....	41
Tablo 6.13 Profesyonel Dansçı Grubu Pearson Korelasyon Analizi .....	42
Tablo 6.14 Karşılaştırma Grubu Pearson Korelasyon Analizi .....	43
Tablo 6.15 Profesyonel Dansçı Grubunda Yeme Tutumu Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları.....	44
Tablo 6.16 Profesyonel Dansçı Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları.....	45
Tablo 6.17 Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Yeme Tutumu Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları .....	46
Tablo 6.18 Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları .....	46
Tablo 6.19 Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Bootstrap Değerleri.....	48
Tablo 6.20 Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaçınan Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Bootstrap Değerleri.....	49
Tablo 6.21 Kaçınan Bağlanma Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Aracı Etki Bootstrap Değerleri .....	50

Tablo 6.22 Karşılaştırma Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumlarının Bootstrap Değerleri .....	51
--	----

## ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 6.1 Profesyonel Dansçılarda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Standardize Edilmemiş Katsayıları .....47
- Şekil 6.2 Profesyonel Dansçılarda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaçınan Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Standardize Edilmemiş Katsayıları .....48
- Şekil 6.3 Karşılaştırma Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Standardize Edilmemiş Katsayıları .....50

## KISALTMALAR LİSTESİ

BKİ: Beden Kitle İndeksi

SGK: Sosyal Görünüş Kaygısı

SGKÖ: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

YTT-26: Yeme Tutum Testi Kısa Formu

# BÖLÜM 1

## 1. GİRİŞ

Bireyin bakım verenleri ile ilişkilerinin niteliğine göre şekillenen ve değişime dirençli olan bağlanma stilleri, benlik oluşumunda önemli rol oynar. Benliğin ayrıştırılamaz bir parçası olan beden algılanışı ise benliğin algılanışı ile paralellik gösterir. Olumsuz beden imgesi ve sosyal kaygının kesişimi olarak ele alınan sosyal görünüş kaygısının güvensiz bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu (Kozan ve Hamarta, 2017), güvensiz bağlanan kişilerin güvenli bağlananlara kıyasla vücutlarına ilişkin daha fazla kaygı ve endişe duydukları ortaya konmuştur (Abbate-Daga ve arkadaşları, 2010). Beğenilmenin zayıf olmaktan geçtiği inancı ile kilo alma korkusu, vücut şekline yönelik kaygılar, yeme tutumlarındaki ve davranışlarındaki bozulmalar yakından ilgili bulunmuştur (Turel, Jameson, Gitimu, Rowlands, Mincher ve Pohle-Krauz, 2018).

Yeme bozuklukları açısından risk teşkil eden pek çok çevresel, psikolojik, fiziksel ve genetik etmen mevcuttur (Hilbert, Pike, Goldschmidt, Wilfley, Fairburn, Dohm, Walsh ve Weissman, 2014). Nevrotizm, mükemmeliyetçilik, kaygı, aile öyküsünde yeme bozuklukları görülmesi, çocukluk çağı travmaları, cinsel travmalar vb. literatürde risk faktörleri olarak ele alınmaktadır (Hilbert ve ark., 2014). Buna ek olarak, kadın bedeninde inceliğin idealize edilmesi sebebiyle yeme bozuklukları ve vücut şekline yönelik kaygılar geliştirmesi açısından kadınların bu bozukluklara daha yatkın hale geldiği vurgulanmaktadır (Keel ve Forney, 2013).

Dikte edilen estetik ve ince bir görünüme yönelik beklentiler, beden görünümünün ön planda olduğu meslek gruplarında zorlayıcı bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle, pek çok performans sanatçısının maruz kaldığı

medyatik baskı, rekabet ve kaygı sebebiyle yeme tutumlarının olumsuz etkilendiği ileri sürülmektedir (Kapsetaki ve Easmon, 2017). Bu bağlamda, sahne sanatları arasında fiziksel görünümün ön plana çıktığı dans da literatürde pek çok psikopatoloji ile beraber ele alınmıştır (Culnane ve Deutsch, 1998; Nordin-Bates, Walker ve Redding, 2011; Arcelus, Witcomb ve Mitchell, 2014, Pekdağ ve Coşkun, 2010). Risk faktörlerinin tanınması ve risk altındaki grupların belirlenmesi dansçı bireylerde erken müdahaleler ve olası önlemler açısından büyük önem taşımaktadır (Hilbert ve ark., 2014).

Bu çalışmada birlikte ele alınan değişkenler; bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları başka araştırmacıların da dikkatini çekerek ayrı ayrı araştırmalara konu olmuştur (Bellew ve arkadaşları, 2006; Karaduman, 2007; Karadeniz, 2021). Benzer şekilde, yeme tutumları üzerine yürütülen pek çok araştırma, dansçı örneklem grubunun yeme bozuklukları açısından risk altında olduğunu işaret etse de (Örn.; Culnane ve Deutsch, 1998; Nordin-Bates, Walker ve Redding, 2011; Arcelus, Witcomb ve Mitchell, 2014), ülkemiz literatüründe dansçı örneklem grubu ile bu değişkenlerin incelendiği yürütülmüş çok sayıda çalışma olmadığı görülmüştür.

Bir bilim olarak psikolojinin temel motivasyonu insan davranışının kökenlerini açıklamaktır (Cüceloğlu, 2016). Bu araştırma da benzer bir motivasyon ile yeme tutumlarındaki bozulmalarla etkileşimde olabilecek bazı bileşenlerin açıklanmasını hedeflemiştir. Bahsedilen amaç doğrultusunda; bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkiler bozulmuş yeme tutumları açısından risk grubu olarak görülen profesyonel dansçı örnekleminde ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda incelenmiştir. Çalışmanın, araştırma değişkenlerini bir arada ele almasına ek olarak, risk grubu örneklem ile de literatüre katkı sunması beklenmektedir.



## BÖLÜM 2

### 2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR

Beden görünümü ve hareketinin oldukça ön plana çıktığı dans, sosyal görünüş kaygısının ve yeme tutumlarındaki bozulmaların sıklıkla gündeme geldiği alanlar arasındadır. Öte yandan, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumlarındaki bozulmalar ile ilişkili olduğu bilinen değişkenler arasında bağlanma stillerinin bulunduğu bilinmektedir. Bu bölümde, araştırma değişkenlerinin birbirleri ile ilişkilerine değinmeden önce dans, sosyal görünüş kaygısı, yeme tutumları ve bağlanma stillerinin ayrı ayrı ele alınmasına yer verilmiştir.

#### 2.1 Dans

Dans kültürel açıdan önemli yere sahip sanat alanlarından biridir (Bläsing, Puttke ve Schack, 2010). Bir ya da birden çok kişinin doğaçlama olarak veya bir koreografiye sadık kalarak ritimle zamanlanmış şekilde hareket etmesi olarak tanımlanmaktadır (Karpati, Giacosa, Foster, Penhune ve Hyde, 2015). Dans bir sanat dalı olsa da, dansçı olmak sporcu olmak kadar kondisyon, koordinasyon, hız, esneklik, denge, dayanıklılık gibi fiziksel özellikler gerektirmektedir. Sağlık üzerinde olumlu ve olumsuz pek çok etkisi olduğu bilinen dans, atletizm ve sanatın kesişiminde yer almaktadır. Fiziksel bir aktivite olması sebebiyle kalp-damar sağlığını koruması, obeziteye yakalanma ihtimalini azaltması, psikolojik iyi oluşu desteklemesi gibi pozitif etkilerine karşın vücut estetiğinin ve beden inceliğinin ön plana çıkartılması sebebiyle dansçılarda, özellikle de kadınlarda, sağlık ve beslenme düzeni üstünde olumsuz çıktılara da yol açabildiği bilinmektedir (Azbazdar, 2022)

### 2.1.1 Dansçılarda Beden ve Psikolojik Sağlık

Dans, son yıllarda biliş ve psikoloji alanındaki çalışmalara daha çok konu olmaya başlamıştır (Bläsing, Puttke ve Schack, 2010). Sahne sanatlarının bireyin yalnızca bir fiziksel var oluşa (nesneye) indirgenmesi anlamına gelen nesneleştirmeye ve görünüme yönelik kaygılara alan açıyor olması nedeniyle, düzensiz/sağlıksız beslenme alışkanlıkları ve psikolojik rahatsızlıklar deneyimleme açısından toplumda risk altında olan popülasyonlar arasında dansçılar da yer almaktadır (Soysaltürk, 2020; Kant, 1797/1996; Slater ve Tiggemann, 2002). Dansçılar arasında, olumsuz beden imgesi oldukça yaygındır (Oliver, 2008). Bir dansçının bedeni hem kendisi hem de çevresi tarafından incelenmeye açıktır. Görsel bir sanat dalı olması ve izleyicilerin keyifli zaman geçirmesi için dansçıların bedenlerinin sahnede sergilenmesine dayanması sebebiyle dansçıların bedenleri nesneleştirilmeye açık hale gelebilmektedir (Duesterhaus, 2005).

Yalnızca sahnede performans sergilerken izlenmek ile kalmayıp, aynı zamanda ayna karşısında kendilerini izleyerek uzun saatler geçirmeleri dansçılara bedenlerini detaylı inceleme fırsatı sunmaktadır (Slater ve Tiggemann, 2002). Yapılan bir araştırmada dansçılar, dans ederken kullandıkları kıyafetlerin görünüşlerine daha fazla odaklanmalarına yol açtığını ve aynanın kendileri için bir stresör olduğunu ifade etmiştir (Oliver, 2008). Dansın, beden imgesini olumsuz etkileme eğilimi yaratıyor olmasının rekabet ortamı, eğitmenlerin/arkadaşların gözetimi ve eleştirileri, vücudu ortaya çıkartan kıyafetler ve aynaya maruz kalma sürelerinin fazlalığı ile açıklanabileceği düşünülmektedir (Oliver, 2008; Penniment ve Egan, 2012).

Sosyal fizik kaygısı, kişinin beden şekli ve yapısı ile ilişkili olarak (kilo, boy, kas yoğunluğu vb. açısından) olumsuz değerlendirilme endişesini ifade etmek için kullanılmaktadır (Hart, Leary ve Rejeski, 1989). Dansçıların fiziksel görünüşlerine ilişkin kaygılarını ölçümleyen bir araştırma, kadın dansçıların erkek dansçılara kıyasla daha fazla sosyal fizik kaygısı deneyimlediğini göstermiştir ancak hem kadın hem de erkek dansçıların fiziksel görünüşleri ile ilgili kaygılarının daha çok estetik görünümlü vücutlara hitap eden ve vücut hatlarını ortaya çıkartan sahne/yarışma kostümlerinin tercih edilmesinden kaynaklanabileceğini belirtmiştir (Pekdağ ve Coşkun, 2010). Buna ek olarak; kilo artışı, dansçıların performanslarını da olumsuz etkilemesi endişesi ile pek çok dans topluluğunda kadrodan çıkartılmaya sebebiyet verebilmektedir.

Bunun da dansçuların anoreksiya nervoza ve bulimiya nervoza gibi yeme bozukluklarına yatkınlık geliştirmesinin sebepleri arasında yer alabileceği dűřünülmektedir (Nalçakan, 2011; Penniment ve Egan, 2012).

Vücut şeklinin ve ağırlığının büyük önem taşıdığı dans toplulukları, kiloya ilişkin obsesyonların en yoğun olduğu oluşumlar arasında yer almaktadır (Tao ve Sun, 2015). Bu nedenle, bu oluşumlarda bozulmuş yeme tutumlarının daha fazla ortaya çıkabileceği ve yeme bozuklukları açısından tehlikenin söz konusu olduğu dűřünülmektedir. Dansçuların yeme bozukluklarını inceleyen çalışmalara bakıldığında, genellikle literatürde kadın dansçulara ilişkin daha fazla bulgu göze çarpmaktadır. Bunun altında yatan sebebin, kadın dansçuların yeme bozuklukları açısından erkek dansçulara kıyasla daha riskli bir grup olarak görülmesinin olabileceği dűřünülmektedir (Penniment ve Egan, 2012). Literatürde, olası yeme bozukluğu vakalarının kadın dansçular için %7.4 ila %50 aralığında değişmesine karşın erkek dansçular için %0 ila %13.6 arasında değişim gösterdiği bilinmektedir (Arcelus, Witcomb ve Mitchell, 2014).

Dansçuların büyük bir kısmının hayatlarının en az bir noktasında yeme bozukluğu ile karşı karşıya kaldığına yönelik bilgiler literatürde yer almaktadır (Arcelus ve ark, 2014). Ancak Türk dansçular ile yürütölen yeme bozukluğu araştırmalarının literatürde kısıtlı sayıda olduğu görölmektedir. Türkiye’de yürütölen bir çalışmada, amatör dansçular, konservatuar öğrencileri ve kontrol grubundan oluşan örnekleme çıkan sonuçlar hem amatör dansçuların hem de konservatuar (dans bölümü) öğrencilerinin yeme bozukluğu açısından dansçı olmayan gruptan daha riskli olduğunu göstermiştir (Batur, Kabakci ve Gulol 2003).

Yeme bozukluklarının dışında diğer psikolojik bazı bozuklukların da dansçular arasında yaygın olduğu göze çarpmaktadır. Örneğin, kayđı bozuklukları, performans kayđısı, yeme bozuklukları ve tükenmişlik literatürde dans ortamında görölen ilişkili bozukluklardandır. Bununla birlikte, mükemmeliyetçi kişilik özellikleri de risk faktörleri arasında ele alınmaktadır (Nordin-Bates ve arkadaşları, 2011; Pekdağ ve Coşkun, 2010; Walker ve Nordin-Bates, 2010).

## **2.2 Yeme Davranışı**

Yemek; hayatta kalmak için gerekli enerjiyi sağlamaya yarayan, keyif veren bir davranıştır (Erbay ve Seçkin, 2016). İnsanların ne yedikleri ve ne kadar yedikleri

sağlıklarını geniş oranda etkileyebilmektedir. Yeme davranışı; yiyecek seçimi ve motifleri, beslenme alışkanlıkları, yeme düzeni, yeme ve beslenme bozuklukları gibi konseptleri kapsayan geniş bir terimdir. Gün içerisindeki yiyecek tercihlerimiz çevresel, ekonomik ve kişisel pek çok farklı etkene bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. Yiyeceklerin kültürel, ekonomik ve fiziksel açılardan ulaşılabilirlik düzeyi de yeme davranışı açısından belirleyici olabilmektedir. Hem psikolojik (örn: öğrenilmiş yeme tutumları, yiyecek tercihleri, kişilik özellikleri vb.) hem de fizyolojik (örn: açlık, beyinsel süreçler vb.) faktörlerden etkilenen yeme davranışı oldukça karmaşıktır. Yeme davranışı dolaylı olarak çevrede bulunan diğer kişilerin gözlemlenmesi ve içselleştirilmiş yeme kuralları ile şekillenmektedir (Gellman, 2020).

Bireylerin kiloya yönelik kaygıları, kilo verme düşünceleri ve yeme davranışları ile ilişkili bulunan ve riskli yeme tutumlarının bir yordayıcısı olduğu literatürde yer alan beden kitle indeksi (BKİ), kişinin boyunun (metre cinsinden) karesi ve ağırlığının (kilogram cinsinden) bölümü ile elde edilen sayı ile hesaplanır (Ayyıldız, Ülker ve Yıldırım, 2021; Cevizci, 2021'den akt., Wichstrom, 2000). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından önerilen sağlıklı bir yetişkinin sahip olması gereken BKİ aralıkları şu şekildedir: 16.5 ve altındaki değerler aşırı zayıf, 18.5 altındaki değerler zayıf, 18.5-24.9 aralığındaki değerler normal, 25.0-29.9 aralığındaki değerler kilolu, 30.0 ve üzerindeki değerler ise obez kategorisine girmektedir (Weir ve Jan, 2019).

### **2.3 Yeme Tutumu**

Tutum; bir kişiyi, düşünceyi, nesneyi ya da olayı olumlu veya olumsuz değerlendirme ve tepki verme eğilimi olarak tanımlanan sosyopsikolojik bir konsepttir (Lasgabaster, 2008). Yeme tutumları ise erken yaşam dönemlerinden itibaren şekillenmeye başlayan, bireyin besin ve/veya beslenmeye yönelik duygu, davranış, düşüncelerini şekillendiren eğilimler olarak tanımlanabilmektedir ve yeme tutumlarımız sergilediğimiz yeme davranışları olmamakla birlikte, davranışa hazırlayan eğilimlerimiz olarak ifade edilmektedir (Arkonaç, 2008; Aytin, 2014; Deveci, Doksat, Yektaş ve Doksat, 2016; Helvalı, 2019). Buradan hareketle, yeme bozuklukları yeme davranışındaki anormallikler olarak ele alınırsa, yeme tutumlarının bu anormal yeme davranışlarına yol açan eğilimler olduğu söylenebilmektedir. Yeme tutumları, yeme bozukluklarına doğru ilerleyen yolda sürecin çok önemli bir parçasını

oluşturmaktadır ve yeme tutumlarının uzun süreli bozulmalar göstermesi, yeme bozukluklarının ortaya çıkışını büyük ölçüde belirlemektedir (Callam ve Waller, 1998; Aytin, 2014). Bozulmuş yeme tutumları ifadesine, beslenme/yeme bozukluklarına uzanan süreci açıklama amacıyla başvurulmaktadır (Tunç, 2020).

Amerikan Diyetisyenler Birliği (2006) bozulmuş yeme tutumlarının yalnızca yeme bozukluğu tanısı alan kişilerde görülmediğini, daha geniş bir popülasyonda bulunduğunu ancak bahsedilen kişilerin büyük bir kısmının yeme tutumlarındaki bozulmaların farkında olmadıklarını bildirmiştir. Yeme tutumlarındaki bozulmalar ile ilişki içerisinde bulunan pek çok kültürel, sosyolojik, gelişimsel ve psikolojik etmen mevcuttur (Alpaslan, Koçak, Avcı ve Taş, 2015). Yeme tutumlarının cinsiyetlere göre dağılımlarını inceleyen bazı çalışmalar, kadınların yeme tutumlarının erkeklere oranla daha fazla bozulma gösterdiğini ortaya koymuştur (Haase ve Prapavessis, 1998).

## **2.4 Yeme Bozuklukları**

Beslenmeye yönelik sorunlar incelendiğinde iki temel sorun alanı tanımlanabilmektedir: Birincisi yeteri kadar yiyeceğe ulaşamamaya dayalı açlık problemleri, ikincisi ise dengesiz veya gereğinden fazla beslenmeye dayalı ortaya çıkan sağlık sorunlarıdır. Bireylerin hem fizyolojik hem de psikolojik sağlıklarının devamlılığı açısından beslenme alışkanlıkları büyük önem taşımaktadır (Çomak, 2008; Karaduman, 2017).

Yeme bozuklukları, özellikle kadınları tehdit eden, tekrarlama ve kronikleşme riski yüksek patolojiler arasında yer almaktadır. İşlevselliğin (fonksiyonların) bozulması, bireyin algılanan stress düzeyinin artması, hastaneye yatış ve intihar girişimleri gibi çıktılara yol açabilmektedir (Stice ve Shaw, 2004). Yeme bozukluklarının gelişiminde, besinlerin bilişsel temsillerinin “kilo ve görünüm” ile bağlantılarına yönelik duygusal öğrenme anormalliklerinin rol oynadığı düşünülmektedir. Bu temsiller, yiyecekler ve travmatik deneyimler arasında kurulan bağlantılar, duyulan sözel bilgiler (örnek olarak; zorbalığa uğramak, yiyeceklerin kilo aldırıcı veya sağlık açısından tehdit edici olduğuna ilişkin bilgiler) vb. ile tetiklenebilmektedir (Treasure, Cardi ve Kan, 2011).

Bu patolojiler; aritmi, böbrek sorunları, sindirim sistemi sorunları, hormon bozuklukları ve daha birçok ciddi sağlık sorununa sebep olabilen, hayati risk taşıyabilen bozukluklar olduğundan oldukça önemli bir araştırma alanı sunmaktadır (Toker ve Hocaoglu, 2009; Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2019).

Yeme bozuklukları gelişiminde riskli olduğu görülen bazı gruplar vardır. Bu riskli gruplar arasında kadınlar, olumsuz yaşam olaylarına (fiziksel, cinsel istismar gibi) maruz kalmış kişiler, zayıf olma baskısına maruz kalan sporcular, mankenler ve dansçılar yer almaktadır (Culnane ve Deutsch, 1998; Nordin-Bates, Walker ve Redding, 2011; Yücel, 2009; Preti, Usai, Miotto, Petretto ve Masala, 2008).

Erkekler için de aynı etkilere sahip olan yeme bozuklukları, daha çok kadınlarda görülmektedir. Bunun yanı sıra, homoseksüel erkeklerin heteroseksüel erkeklere kıyasla daha büyük risk altında olduğu ortaya konmuştur (Olivardia, Harrison, Mangweth ve Hudson, 1995). Cinsiyet ve cinsel yönelime ek olarak bazı diğer risk faktörleri; etnik köken, erken çocukluk döneminde gastrointestinal ve beslenme ile ilişkili sorunlar, cinsel taciz ve diğer olumsuz yaşam deneyimlerine maruz kalmak, psikiyatrik tanılar, kiloya/görünümüne ilişkin aşırı değerlendirilmiş düşünceler ve abartılı endişelerdir (Amerikan Diyetisyenler Birliği, 2006).

Yeme bozukluklarının etiolojisine bakıldığında tek bir sebep işaret edilememektedir ancak biyolojik faktörlerin (genetik ve metabolizma gibi) ve psikolojik faktörlerin (baş etme becerileri, ailesel ve sosyal sorunlar, medya ve kültür tarafından dayatılan incelik algısı gibi) arasındaki karmaşık bir ilişkinin ürünü olduğu düşünülmektedir. Komorbiditesinin görüldüğü bazı bozukluklar ise kaygı bozukluğu, madde kullanımı, obsesif kompulsif bozukluk ve depresyondur (Gellman, 2020).

Tanı kriter kitabı DSM-4-TR (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2005) “Anoreksiya Nervoza”, “Bulimiya Nervoza” ve “Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozuklukları” olmak üzere yeme bozukluklarını üç başlık altında toplarken, DSM-5’te (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013) bu üç başlığa “Pika”, “Kaçınan/Kısıtlı Yiyecek Alımı Bozukluğu”, “Geri Çıkarma (Geviş Getirme) Bozukluğu”, “Tanımlanmamış Yeme Bozukluğu” ve “Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu” eklenerek başlık sayısı arttırılmıştır. Ek olarak, DSM-4’te tanılar yalnızca “Yeme Bozuklukları” ana başlığı altında ele alınırken, bu ana başlığın DSM-5’te “Beslenme ve Yeme Bozuklukları” olarak genişletildiği görülmektedir.

Yeme bozuklukları arasında en sık akla gelenler Anoreksiya Nervoza, Bulimiya Nervoza ve Tıkınırcasına Yeme bozuklukları olduğundan, bu bozukluklarla ilgili bilgilere değinilecektir.

### 2.4.1 Anoreksiya Nervoz

‘Anoreksiya’ terim olarak iştah kaybı anlamını taşımaktadır. Anoreksiya nervoz, kişinin kendisi için normal sınırlarda olan kilodan çok daha dūřuk kiloda olması ile diğer yeme bozukluklarından ayırt edilebilmektedir (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2019). Yař grubu ve boy uzunluğu göz önünde bulundurulduğunda, standart olarak olması gereken en dūřuk vücud ağırlığını veya ondan biraz fazlasını kendi için uygun görememe durumu söz konusudur (Karaduman, 2017). Benlik değerlerini, kiloları ve görünüşlerine sıkı sıkıya bağlı olarak değerlendirme eğilimindedirler (Tasca, 2019).

Kişinin beden algısının bozulduğu görülür, kaç kilo olunduğundan bağımsız olarak kendini kilolu görme eğilimi mevcuttur. Kilo almaya karşı yoğun endişe söz konusudur. Yoğun egzersizler yapma, vücuda yemek alımını kısıtlama (diyet yapma), veya vücuttan besinleri uzaklaştırmak için mşhil, diüretik ilaçlar vb. kullanma ve kendini kusturma gibi yollara başvurulduğu sıkça görülmektedir. Aritmi, böbrek ve sindirim sistemi sorunları, hormon bozuklukları ve daha birçok sağlık sorununa sebep olabilen anoreksiya nervoz, ciddi sağlık sorunlarına yol açabilen ve ölüm riski taşıyan bir hastalıktır (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2019).

Anoreksiya nervoz tanısı DSM-5’te *kısıtlayıcı tür ve tıknırcasına yeme/çıkarma türü* olmak üzere kendi içerisinde ikiye ayrılmaktadır: Kısıtlayıcı türde, geride bırakılan 3 ay içerisinde tıknıma ve çıkarma/telafi (diüretik ve/veya laksatif kullanımı, kendini kusturma gibi) davranışlarının bulunmaması gerekmektedir. Kişinin diyetler, yoğun ve ağır egzersizler, kalori alımı kısıtlama gibi yollarla zayıflaması veya zayıf kalması gerekmektedir. Tıknırcasına yeme/çıkartma türünde ise geride kalan 3 ay içerisinde tekrarlı biçimde tıknırcasına yeme ve çıkarma davranışlarının görülmesi gerekmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Rekabetin yoğun olduğu dans eğitimlerine maruz kalan dansçıların yeme bozukluğu semptomları geliştirmeye özellikle de anoreksiya nervozaya yatkınlık geliştirdiği ileri sürülmüştür (Annus ve Smith, 2009). Yrtlen bir araştırmada, dansi kadınların %15’lik kısmında anoreksiya nervoz gözlenmiştir (Hamilton, Brooks-Gunn ve Warren, 1985).

### **2.4.2 Bulimiya Nervozada**

Bulimiya nervozada da tıpkı anoreksiya nervozada görüldüğü gibi kilo almaya ilişkin endişeler ön plandadır. Ancak, anoreksiya nervozadan en belirgin farkı vücut ağırlığının normal sınırların altında olmamasıdır. Kontrolü kaybetme hissinin eşlik ettiği, kısa bir süre zarfı içerisinde, pek çok insanın tüketmekte zorlanacağı fazla miktarda ve yüksek kaloriye sahip yiyecekleri tüketmenin (tıkınma davranışı) ardından telafi davranışları sergilenir. Bu telafi davranışları; genellikle yoğun egzersizler, katı diyetler, kendini kusturma ve laksatif kullanımından oluşmaktadır. Tıkınma davranışını tanımlayan iki özellik ise, çoğu insanın kısa sürede yiyebileceğinden fazlasını yemek ve yeme sırasında kendini durdurma-kontrolü ele almada zorluk yaşamaktır (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2019). Bulimiya nervozada tanısında, kişinin öz değerlendirmelerinin beden ağırlığı ve şeklinden gereğinden fazla şekilde etkilendiği görülmektedir. DSM-5'in bulimiya nervozada tanı kriterleri arasında son üç ay içinde haftada en az bir kere tıkınma ve telafi edici davranışların sergilenmiş olması gerekliliği yer almaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Dansçılarla yürütülmüş bir araştırmada, dansçı kadınların %19'luk kısmında bulimiya nervozada semptomları gözlenmiştir (Hamilton, Brooks-Gunn ve Warren, 1985).

### **2.4.3 Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu**

Tamamen doymanın getirdiği rahatsızlık hissine kadar durmadan yemek, fiziksel olarak aç hissedilmemesine karşın fazla miktarda yiyecek tüketmek, utanç sebebiyle yalnız yemeyi tercih etmek, yeme sırasında kontrol kaybı hissi, normalden hızlı yiyecek tüketmek ve tıkınma sonrası suçluluk duymak DSM-5'te tıkınırcasına yeme tanısının özellikleri arasında yer almaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). DSM-4'te bulimiya nervozanın bir kriteri olarak ele alınmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2005). Tıkınma davranışının ön planda olması sebebiyle, bulimiya nervozada ile benzerlik gösteren bir tanıdır. Ancak, benzer semptomlar göstermelerine karşın aralarındaki en belirgin ayırım, bulimiya nervozada görülen telafi edici davranışların tıkınırcasına yeme bozukluğunda görülüyor olmasıdır (Striegel-Moore ve Franko, 2003). Anoreksiya nervozada ve bulimiya nervozadan daha yaygındır. Erkeklerde en sık karşılaşılan yeme bozukluğu olduğu bilinmektedir (Guerdjikova, Mori, Casuto ve McElroy, 2017).



## 2.5 Sosyal Karşılaştırma Teorisi

İlk olarak Festinger (1954) tarafından tanıtılan sosyal karşılaştırma teorisi, bireylerin ilkel bir itkiyle, kendilerine ilişkin değerlendirme yaparken gözlemledikleri ötekilerle kendilerini karşılaştırma yoluna başvurduklarını ileri sürmüştür. Bir diğer deyişle, benlik değeri başkalarıyla bağlantılı bir değerlendirmeye dayanmaktadır. Kendi içerisinde aşağı doğru (kendilerinden daha kötülerle) ve yukarı doğru (kendilerinden daha iyilerle) sosyal karşılaştırma olmak üzere iki başlığa ayrılmaktadır. Ortaya atıldığı ilk dönemlerde teori yalnızca yetenek, beceri ve düşüncelere odaklanmış olan karşılaştırmaları temel alsa da, günümüzde görünüme yönelik karşılaştırmaları da kapsadığı araştırmalarda görülmektedir (Yurtören, 2021).

Yürütülen araştırmaların çıktıları göstermektedir ki; türü fark etmeksizin, görünüme yönelik sosyal karşılaştırma yeme tutumlarındaki bozulmalarla bağlantılıdır (O'Brien, Caputi, Minto, Peoples, Hooper, Kell, ve Sawley, 2009). Bale geçmişi olan ve olmayan kontrol grubu ile yapılan bir çalışmada, bale yapmış olan kişilerin yapmayanlara kıyasla daha negatif bir benlik algısına sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Dansçı kadınların fiziksel aktivitelerde yer almayan kadınlara kıyasla görünümüne ilişkin hoşnutsuzluklarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Nerini, 2015). Dansçıların meslektaşları, eğitmenleri ve toplum tarafından maruz bırakıldıkları incelik beklentilerine ek olarak, sosyal karşılaştırma yaparken referans aldıkları çevrenin de genellikle toplumun geneline göre daha ince bir görünüme sahip bireylerden meydana geliyor olmasının baskıları arttırma noktasında etkili faktörlerden olabileceği düşünülmektedir.

## 2.6 Sosyal Görünüş Kaygısı

Sosyal kaygının bir alt kategorisi olan ve olumsuz beden imgesi ile sosyal kaygının kesişiminde yer alan sosyal görünüş kaygısı, kişinin vücut şeklini de kapsayan (ancak yalnızca vücut şekline indirgenemeyen) görünümünün tamamına yönelik kaygıyı tanımlamaktadır (Hart ve arkadaşları, 2008). Kişilerin dış görünümüne odaklı sosyal düzeydeki kaygılarını ifade etmektedir. Bu kaygılar; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, yüz şekli/özellikleri, ten rengi gibi birçok özellik ile ilişkili olabilmektedir (Doğan, 2010).

Kavram, beden şekline yönelik kaygıları açıklamakta kullanılan *sosyal fizik kaygısının* kapsayıcılığında görülen eksikliği tamamlamak amacıyla ortaya çıkmıştır. Sosyal fizik kaygısının; yalnızca kilo, boy ve kas gibi özelliklerine odaklanıyor olması anlamı daralttığından, genel görünüme yönelik başka bir kavrama ihtiyaç duyulmuştur. Bu ihtiyaç ile beraber, görünümün yalnızca ölçümlenilen kısmına değil, dış görünüşün bütününe yönelik kaygıları kapsayan sosyal görünüş kaygısı literatüre dahil olmuştur (Doğan, 2010; Hart ve arkadaşları, 1989).

Görünüş kaygıları başkaları tarafından değerlendirilmeye odaklı olsa da bireyin kendi bedeniyle ilgili düşüncelerini temel aldığı da düşünülmektedir ve çoğunlukla olumsuz benlik imgesinin bir sonucu olarak kabul edilebilmektedir (Yuceant ve Unlu, 2017; Ermiş ve Imamoglu, 2019). Beden imgesi/imajı da bireyin kendi vücuduna dair düşüncelerini, duygularını içine alan algılar olarak ifade edilmektedir. Bu imaj olumlu olduğunda, birey kendi bedenine yönelik özellikleri ile daha barışık olurken, olumsuz olduğunda bedenine ait özelliklerden hoşnut olmamaktadır (Aktaş, 2020). Sosyal görünüş kaygısının direkt olarak beden algısıyla ilişki içerisinde olduğunu Cash ve Fleming (2002) yaptıkları çalışma ile ortaya koymuştur.

Yeme bozukları ve sosyal görünüş kaygısı için ele alınan risk faktörleri yüksek oranda kesişmektedir. Tıpkı yeme bozukluklarında görüldüğü gibi, sosyal görünüş kaygısında da mükemmeliyetçilik ve olumsuz değerlendirilmeye dayalı kaygılar ön plana çıkmaktadır (Levinson, Rodebaugh, White, Menatti, Weeks, Iacovino ve Warren, 2013).

## **2.7 Bağlanma Teorisi**

İnsan gelişmiş bir canlı türü olsa da, anne rahminde halihazırda tamamlanmış olan anatomik gelişimi, dünyaya geldiğinde bebeğin tek başına hayatta kalmasına yetecek düzeyde değildir. Bebeğin bu fiziksel yetersizlikleri; yaşamını sürdürebilmesi için onu bir bakım verenin korumasına, ilgisine, muhtaç ve bağımlı kılmaktadır (Hazan ve ark., 1994; Tüzün ve Sayar, 2006; Vatansever, 2017). Bu sebeple, bakıcıdan gelecek yoğun bir yakınlık arayışı söz konusudur (Tasca, Szadkowski, Illing, Trinneer, Grenon, Demidenko, Kyranski, Balfour ve Bissada, 2009). Yaşamın erken dönemlerinde ebeveyn-çocuk arasında kurulan tamamlayıcı nitelikteki bu ilişkinin özellikleri, çocuğun ilerleyen yaşam dönemlerinde başka ilişkilerinde de etkilerini sürdürmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Geçtiğimiz 50 yıl içerisinde bağlanma teorisi, insanlar arasındaki duygusal bağların gelişimi ve çeşitliliğini mercek altına alarak hem psikopatolojilerin hem de kişilik gelişiminin seyrini kavramak için kapsamlı bir model sağlamış, özellikle klinik psikoloji ve gelişim psikolojisi alanlarına ışık tutmuştur (Farber, Lippert ve Nevas, 1995). Duygusal ve/veya fizyolojik bir ihtiyaç durumunda bağlanma figüründen destek ve yakınlık arayışına girmeye teşvik eden, psikobiyolojik alt yapıyla bağlanma davranış sistemi, stresörler için düzenleyici, tehditler için koruyucu işleve sahiptir (Bowlby, 1969). Burada söz edilen bağlanma figürü; destek, koruma ve rahatlama sağlayan, yakın ilişkide bulunan kişidir ve çoğunlukla birey belli bir yaşa gelinceye dek bu rolü anne ya da baba üstlenmektedir (Bowlby, 1982; Gillath, Selcuk ve Shaver, 2008).

20. Yüzyıl ortalarına doğru, John Bowlby (1958, 1969) ve Mary Ainsworth (1970) tarafından ortaya atılan ve literatürde geniş yer tutan bağlanma teorisi, bebeklerin ihtiyaçlarını zamanında, sıcaklık ve duyarlılık ile karşılayan birincil bakım verenlerle kurdukları yakın bağın, sosyal ve duygusal yönden daha iyi gelişmelerini sağladığını ileri sürmüştür (Attached, Fernandez ve Mackesy, 2021). Teori, bağlanma kavramını en temel düzeyde “insanlar arasında oluşan süregelen psikolojik bağlılık” (Bowlby, 1969) veya ‘bireyi bir diğeri ile ilişkilendiren sevgi dolu/şefkatli bağ’ olarak tanımlamaktadır (Noe, 2001). Berk (Göncüoğlu, 2021’den akt; 1999) tarafından ortaya konan bir diğer tanımlama ise “yaşamımızda yer tutan önemli kişilerle ilişkilerde samimi, yakın ve konforlu hissettiren şefkat içeren bir bağ” şeklindedir.

Bowlby’nin teori ile vurguladığı temel nokta, psikolojik açıdan sağlıklı bir yetişkin olabilmenin, bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde anne ile kesintisiz, tatmin edici ve keyif veren bir ilişki deneyimlemiş olmak ön koşuluna dayandığıdır (Bowlby, 1951’den akt., Bretherton, 1992). Bu deneyime (bakıcı ile kurulmuş tatmin edici bir bağa) sahip olan bebeklerin, ihtiyaç duyduklarında ilgi/destek bulacaklarına ve çevrelerindeki insanlar tarafından güvende kalmalarının sağlanacağına dair inanç geliştirdiği, uzun yıllardır bağlanma üzerine çalışan nörobilim, psikiyatri, travmatoloji, pediatri gibi pek çok farklı disiplinden uzmanın araştırma bulguları ile desteklenmiştir. Bir tehdit ile karşı karşıya kaldığında sığınabileceği güvenli bir alan olduğunu bilen çocuk, özgürce dünyayı keşfedebilmektedir (Attached, Fernandez ve Mackesy, 2021).

### 2.7.1 İçsel Çalışan Modeller

Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramına dayandırarak ortaya atmış olduğu önemli kavramlardan biri de bireyin başkalarına ve kendisine yönelik oluşturduğu, bellekte yer alan içsel temsiller olarak tanımlanan “İçsel Çalışan Modeller”dir (Bretherton, 1992; Vardal, 2015). Bireyin kendisiyle arasında kurmuş olduğu bağ olan *kendilik modelleri* ve başkalarıyla arasında kurmuş olduğu bağ olan *başkaları modelleri* olmak üzere bu temsiller iki boyutta gerçekleşmektedir (Vardal, 2015). Bakım verenle ilişkideki deneyimlere bağlı olarak gelişmeye başlarlar ve hem kişilik gelişiminde yer alır hem de sosyal ilişkilerde rol oynarlar (Bowlby, 1973; Collins ve Read, 1990).

Bağlanma teorisi, bağlanma figürlerinin davranışlarına dayanan tekrarlı etkileşimlerin hafızada kodlanarak içsel çalışan bağlanma modellerini doğurduğunu ileri sürer (Tasca, 2019). Erken dönemde bakım verenlerle gerçekleşen tekrarlı etkileşimler sırasında çocuğun duygusal ve fiziksel ihtiyaçları karşılanırsa, çocuk, ilgi ve özen gösterilmeye değer olduğuna, çevresindekilerin de güvenilir ve ilgili olduğuna yönelik inançlar geliştirir. Bir bağlanma figürünün (ötekinin) gözündeki değerine bağlı olarak içsel çalışan modeller ve bağlanma paterni edinir ve genel bir tutum ortaya çıkar (Turan, 2009). Temelde, içsel çalışan modeller bağlanmaya ilişkin deneyimlerin doğurduğu bir ürün olarak değerlendirilebilmektedir (Rothbard ve Shaver, 1994; Turan, 2009).

### 2.7.2 Bağlanma Stilleri

Bağlanma kuramı ortaya atıldıktan sonra, konu üzerine çeşitli çalışmalarla literatüre katkılar sağlanmıştır. Bowlby'nin teorisiyle paralellik gösteren, Ainsworth ve arkadaşları (1978) tarafından yürütülmüş bir araştırma, yabancı bir ortamda bebeklerin bakıcılarından bir süreliğine ayrıldığında ve yeniden bir araya getirildiğinde verdikleri tepkilerin gözlemlenmesiyle bakım verenin çocuğa karşı sıcaklığı ve duyarlılığından etkilendiği öne sürülen *güvenli*, *güvensiz-kaçıngan* ve *güvensiz-kaygılı* olmak üzere çocukluk dönemi için üç farklı bağlanma stiline ortaya atılmasını sağlamıştır (Costa ve Mosmann, 2020; Du Plessis ve Clarke, 2008). Söz edilen araştırmanın öncülük etmiş olduğu diğer çalışmalar da tutarlı şekilde göstermiştir ki; bebeklerin, stresli durumlara karşı verdikleri tepkiler incelendiğinde, bakım verenleri ile aralarında kurulan ilişki kalitesinden etkilenen üç temel bağlanma stili tanımlanabilmektedir (Attached, Fernandez ve Mackesy, 2021).

Bağlanma kuramı ortaya atıldığından bu yana, bebeklik, çocukluk, yetişkinlik dönemi gibi yaşamın farklı gelişimsel dönemleri ve farklı ilişki türleri (ebeveynlerle, romantik partnerlerle vb.) üzerinde duran pek çok farklı model önerilmiştir. Bebeklikte gözlenen bağlanma stillerinin ilerleyen yaşam dönemlerinde de stabil olma eğilimi gösterdikleri bilinmektedir. Erken dönemlerde anne-baba (bakım verenler) ile kurulan bağın niteliği yaşamın ilerleyen dönemlerindeki romantik ilişkilere ve akran ilişkilerine de aktararak yansımalarını göstermektedir (Crowell ve ark., 2002).

Bireylerin bağlanma stillerinin yalnızca erken çocukluk döneminde kalmayıp ömür boyu etkisini sürdüren bir patern oluşturduğuna ve bu üç bağlanma stilinin diğer yaşam dönemlerinde de varlığını sürdürdüğüne ilişkin araştırma bulgularını Hazan ve Shaver (1987, 1994) ortaya koymuştur. Bakım veren ve bebek arasında gerçekleşen ilk temel ilişkilenemenin barındırdığı noksanlıklar ve yetersizlikler, güvensiz bağlanmaya yatkınlık oluşturabilmektedir ve tam anlamıyla değişmeyeceği söylenememekle beraber, bu bağlanma stilinin güvenli ya da güvensiz oluşunun stabil olma eğiliminde olduğu düşünülmektedir (Kesebir ve arkadaşları, 2011). Bartholomew ve Horowitz (1991) ise Hazan ve Shaver'dan farklı olarak; kendini olumlu (sevilmeye, desteklenmeye değer) veya olumsuz (değersiz) algılama ve diğerlerini olumlu (ulaşılabilir, güvenilebilir) ya da olumsuz (güvenilmez, reddedici) şekilde algılamaya dayanan bir model oluşturarak yetişkinlik dönemi bağlanma stillerini dört başlıkta ele almıştır. Aşağıda bağlanma stilleri güvenli, kaygı ve kaçınan bağlanma alt başlıkları ile incelenecektir.

### **2.7.2.1 Güvenli Bağlanma**

Güvenli bağlanma gözlenen bebekler, anneden ayrılma gibi stresli durumlarla karşı karşıya kaldıklarında rahatsızlıklarını abartısız ancak dıştan gözlemlenebilir şekilde belli etmektedirler. Bakım verenin uzaklaşması ile strese giren bebek, tekrar bakım vereniyle etkileşime geçtikten sonra kolaylıkla yatışarak stresi geride bırakabilmektedir (Attached, Fernandez, & Mackesy, 2021). Çevresindekilerle etkileşimde bulunmak için motivasyon ve etrafı keşfedebilmek için gerektiğinde ebeveyninden ayrılabilme yetisine sahiptir (Hortaçsu, 2003).

Bakım verenin duyarlılığı ve güvenli bağlanma arasında kuvvetli bir ilişki vardır. Duyarlı annelerin bebekleri güvenli bağlanma geliştirmeye daha yatkınken, daha duyarsız annelerin bebeklerinin güvensiz bağlanmaya yatkın olduğu görülmüştür

(Bretherton, 1992). Güvenli bağlanan bebekler, kendilerini sevilmeye layık algıladıklarından, ileri yaşam dönemlerinde de yüksek özsaygıya ve olumlu bir benlik algısına sahip olmaya daha yakın olmaktadır (Vardal, 2015).

Güvenli bağlanma stilinde hem kendini hem de diğerlerini olumlu algılama söz konusudur (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Güvenli bağlanan kişiler, ilişki içerisinde karşılaşılan stresörlere karşı duyguları düzenleyebilme, duyguları gösterebilme, doyurucu ilişkiler yaşayabilme, yardım arayabilme ve güven duyma özelliklerini sergiler (Levy, Ellison, Scott ve Bernecker, 2011; Erzen, 2016; Tasca, 2019). Kolaylıkla sosyal ilişki kurabilme, girişkenlik ve yüksek özgüven; güvenli bağlanma ile ilişkili özelliklerdir (Terzi, 2014; Çelebi 2021).

Tüm bunlara ek olarak, bireyin güvenli bağlanması, kendisine ve diğerlerini yönelik olumlu temsillere sahip olması sebebiyle, güvenlik hissini yüksek olduğu, terkedilme ve/veya ayrılık kaygısından uzak, empatik, destekleyici ve uzun süreli yetişkinlik dönemi ilişkilerine sahip olması için önemli bir faktördür (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Çelebi, 2021). Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin egolarının esneklik kapasitesi daha geniştir ve bu sayede kaynaklarını etkin şekilde kullanarak azim ve esneklik ile karşılaştıkları sorunlarla baş edebilmektedirler. Kendilerine yönelik zihinsel temsilleri diğer bağlanma stillerinden daha olumludur (Karaduman, 2017).

Güvenli bağlanmıyor olmanın stresörlere karşı psikolojik dayanıklılığı azalttığı ve psikopatolojilere yatkınlık oluşturduğu, güvenli bağlanıyor olmanın ise daha uzun süreli olumlu duygulanımları ve zorlayıcı deneyimlerle daha kolay başa çıkmayı beraberinde getirdiği, dolayısıyla psikolojik iyi oluş için önem arz ettiği bilinmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2012).

### **2.7.2.2 Kaygılı Bağlanma**

Güvensiz bağlanma türlerinden biridir. Bakım verenden ayrı kalmak gibi stres yaratan bir duruma, kaygılı bağlanan bebekler maruz kaldığında, araştırmacılar tarafından yoğun ağlamalar ve stres tepkileri gözlenmiştir. Stres yaratan durum sonlandırılıp, bakım verenleri yanlarına döndüğünde yatışmadıkları ve bakım verenlerin sakinleştirme çabalarını geri çevirdikleri gözlenmiştir (Attached ve arkadaşları, 2021).

Kaygılı bağlanma, bireyin yakınlığa duyduğu yüksek gereksinim ve ilişkilerden kaçınma göstermemesini bir arada bulundurmaktadır (Ainsworth, 1978; Bowlby, 1969). Gerekli anlarda destek görmeye ve ihtiyaç duyulan yakınlığa ulaşabilmeye yönelik kaygılar oldukça yoğundur (Mikulincer et al., 2006). Kaygılı bağlanma stiline sahip olan kişiler; dünyayı güvensiz bir yer olarak, kendilerini de olası tehditlerle baş etme açısından yetersiz, sevilme/desteklenmeye değmez olarak algılama ve ilişkide oldukları insanlara daha bağımlı olma eğilimi göstermektedir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Kendini ve diğerlerini olumsuz algılama (değersiz ve sevilmez görülen benlik ve güvenilmez diğerleri algısı) söz konusudur (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bağlanma stilleri algılanan bir stresle karşı karşıya kalınması durumunda aktive olmaktadır ve bilişsel temsiller algılanan tehdide karşı nasıl yanıt verileceği, nasıl baş etme stratejileri kullanılacağı üzerinde önemli ölçüde etkilidir. Kaygılı bağlanan bireylerin, karşılaşılan tehdidi abartılı yorumlama, rumine etme, tehditlere karşı aşırı alarmda olma gibi hiperaktive edici stratejiler ile sıkıntıyı daha fazla şiddetlendiren yaklaşımlar sergilediği görülmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2016; Morison, 2021). Duygu düzenleme güçlüğü ve yüksek stres seviyelerine zemin hazırlanmasındaki katkısı sebebiyle kaygılı bağlanma pek çok rahatsızlık açısından risk faktörüdür (Malik, Wells ve Wittkowski, 2015).

### **2.7.2.3 Kaçınan Bağlanma**

Kendini olumlu, diğerlerini olumsuz algılamaya dayalı kaçınan bağlanma, yakın ilişkilerden mümkün oldukça uzak durarak, diğerlerinden kendini korumaya odaklı tutumlar sergilemek ile karakterizedir ve güvensiz bağlanma türlerinden bir diğeridir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Başkalarına güvenmeme, kendini açmama ve ilişkilerdeki duygusal yakınlıktan uzak durma eğilimi söz konusudur (Mikulincer ve ark., 2006).

Karşı karşıya kaldıkları algılanan bir tehdit durumunda yardım arayışına girmemek, duygularını ifade etmemek ve deneyimledikleri stresi önemsiz lanse etmek gibi deaktive edici stratejilere başvurdıkları gözlemlenmektedir (Morison, 2021). Sosyal ilişkilere, başka insanlara olan ihtiyaçlarını görmezden gelmeye ve özerkliklerine çok düşkün olmaya yatkın olmaktadırlar. Özgürlüklerini, yalnız hissetme ve yakınlık hissini kaybetme pahasına ellerinde tutmaya çalışmaktadırlar.

İlişkileri ve etkileşimleri 'lüzumsuz' ve 'gereksiz' olarak etiketleyebilmektedirler (Bartholomew, 1990; Karaduman, 2017).

Bakım verenden ayrı kalma stresine maruz kalan kaçınan bağlanma stiline sahip bebekler, ağlama ya da gözle görünen başka bir stres tepkisi göstermemişlerdir. Dışardan gözlem yapan kişilere oldukça iyi ve sakin görünmüşlerdir. Ancak, araştırmacıların sonrasında bu bebeklerin stres hormonlarını ölçümüyle kaçınan bağlanan bebeklerin strese girmelerine rağmen bunu dışarıya belli etmedikleri ortaya konmuştur (Attached ve arkadaşları, 2021).

Olumsuz duygulanımlarını baskılamaya yönelik beceri geliştirmiş olan kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin, stres karşısındaki fiziksel uyarılma seviyeleri de düşük bulunmuştur. Buna ek olarak, gündelik hayatlarında, güvenli bağlanan kişilere kıyasla daha az olumlu duygulanım, daha fazla yalnız zaman geçirme, buldukları durumları daha karamsar görme, utanç ve suçluluk gibi duyguları deneyimleme eğilimleri bulunmaktadır (Sheinbaum ve arkadaşları, 2015; Morison, 2021).

Literatür incelendiğinde, bağlanma stillerinin dansçı örnekleme incelendiği araştırmalara rastlanmadığından, dansçı örnekleme araştırma verilerine yer verilememiştir.



## BÖLÜM 3

### 3. KAVRAMLAR ARASI İLİŞKİLER

Bu bölümde araştırmada yer alan bağlanma, yeme tutumları ve sosyal görünüş kaygısı değişkenlerinin birbirleri ile ikili ilişkilerine yer verilmiştir.

#### 3.1 Yeme Tutumları ve Bağlanma

Bağlanma teorisinin çıkış noktasında çocukların gelişiminin ve adaptasyonunun temel alınması olmasına karşın, teori yetişkinlerin mental sağlığına ve işlevselliğine de uyarlanabilen bir model sunmaktadır. Yetişkinlik döneminde işlevsellik ve duygu düzenlemeyi kavramak açısından önemli bir çerçeve sağlamaktadır. Teoriye göre, bebeğin yaşamı için bakıcısının yakınlığını sağlaması gerektiği, bu ihtiyaçtan doğan ebeveyn-çocuk etkileşimlerine göre çocuğun içsel temsillerinin oluştuğu, bu temsillere dayanarak dünyayla etkileşime geçtiği ve duygu düzenleme sağladığı vurgulanmaktadır.

Duygu düzenleme; bireyin hissettiği duyguları, bu duyguların açığa çıkmasına sebep olan durumları ve duygularına/hissettiklerine karşı verdiği yanıtları/tepkileri kavrayabilme ve bunlar üzerinde kontrole sahip olabilmeyi kapsamaktadır. Duygu düzenleme özellikle strese ya da kaygıya maruz kalınan durumlarla baş edebilme açısından önem taşımaktadır (Çelik ve Kocabıyık, 2014; Yös, 2018). Duygu düzenleme güçlüğü; dürtüsel davranışları kontrol altına alma zorlukları, olumsuz duygularla baş edememe ve bu olumsuz duygular hissedilirken uygun davranışlar sergileyememeyi beraberinde getirmektedir (Cevizci, 2021; Gratz ve Roemer, 2004).

Bu bağlamda, bağlanma kuramı, duygu düzenleme becerisi ve bozulan yeme tutumlarını kavramak bakımından oldukça kıymetlidir (Tasca ve Balfour, 2014). Bununla birlikte, bağlanma yaralanmalarının neden olduğu aşırı veya yetersiz duygu düzenlemenin aşırı yeme, besin alımını kısıtlama, çıkartma davranışları ile bağlantılı olabileceği ileri sürülmüştür (Stice ve Fairburn, 2003; Tasca ve Balfour, 2014). Bebek ile anne arasında kurulan ilişkinin anormal olması ve güvenli bağlanmaya ket vurması yeme tutumlarındaki bozukluklara temel oluşturabilmektedir (Brunch, 1973). Örnek olarak, bir araştırmanın bulguları, aile tutumlarının aşırı müdahaleci/korumacı ya da ihmal edici olmasının da patolojik yeme davranışlarının şekillenmesi açısından risk teşkil ettiğini işaret etmiştir (Aydın, 2010). Bazı diğer araştırmacılar, kaçınan bağlanma örneğinde kaygılı bağlanmaya kıyasla daha sık tıkınırcasına yeme, anoreksiya ve bulimiya nervoza görüldüğünü ileri sürmektedir (Tasca ve Balfour, 2014; Barone ve Guiducci, 2009; Latzer, Hochdorf, Bachar ve Canetti, 2002).

Tasca ve arkadaşları (2009), duyguların hiperaktasyonunun bozulmuş yeme tutumları ve kaygılı bağlanma arasında aracı role sahip olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilmiş bu ve benzeri bulgular değerlendirildiğinde, bağlanma stilleri ile ilişkilendirilmiş uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin yeme semptomlarını açıklamada anahtar role sahip olduğu görülmektedir. Söz konusu yeme bozukluğu semptomları, güvensiz bağlanma temelli duygu düzenleme güçlüğü ile baş etme yolu olarak ele alınabilmektedir (Tasca, 2019).

Yeme bozukluklarının öncülleri arasında sayılan bağlanma stilleri dansçı örneklem ile beraber oldukça kısıtlı sayıda araştırmada ele alınmıştır. Carlson (1998) yürüttüğü bir araştırmada üç grubu karşılaştırmıştır. Bu gruplar; anoreksiya nervoza tanısı almış kadınlar, besin alımı kısıtlayıcı davranışlara sahip dansçılar ve kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Çalışmanın sonuçları anoreksiya nervoza tanısı almış kadınların hem dansçı grubundan hem de kontrol grubundan daha yüksek güvensiz bağlanma puanları olduğunu göstermiştir (akt. Takos, 2006).

### **3.2 Yeme Tutumları ve Sosyal Görünüş Kaygısı**

Yeme ve kaygı bozuklukları arasında komorbidite olduğu bilinmektedir. Görünüm ve kiloya yönelik kaygılar yeme bozukluklarının en önemli bileşenleri arasında yer almaktadır (Koskina, Van den Eynde, Meisel, Campbell ve Schmidt, 2011). Olumsuz değerlendirilmeye dayalı sosyal kaygının türlerinden biri olan sosyal görünüş

kaygısının da yeme bozuklukları ile ilişkisi araştırmalarca desteklenmiştir (Doğan, 2010; White, 2013). Levinson ve Rodebaugh (2012) yaptıkları araştırmada sosyal görünüş kaygısının beden memnuniyetsizliğini, kiloya ilişkin endişeleri ve yeme bozukluğu semptomlarını yordadığını göstermiştir. Ek olarak, besin alımını kısıtlama ve tıkmırcasına yeme ile ilişkili olduğu da literatürde yer almaktadır (Brosof ve Levinson, 2017).

Yürütölen bazı çalışmalarda, dansçıların dansçı olmayan katılımcılara kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek sosyal görünüş kaygısına ve bozulmuş yeme tutumlarına sahip olduğu gösterilmiştir (Duesterhaus, 2005; Reel, SooHoo, Jamieson ve Gill, 2005). Tiggemann ve Slater (2001) tarafından yürütölen bir araştırmanın bulguları ise hem kontrol grubu hem de dansçı grubu için görünüş kaygısı ve yeme tutumları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

### **3.3 Bağlanma ve Sosyal Görünüş Kaygısı**

Bağlanma, bireyin kendisini algılayış şeklini, kendisiyle kurduğu ilişkiyi belirlemektedir (Bowlby, 1988). Bu yüzden, sosyal görünüş kaygısı açasından önemlidir. Anne-babaya bağlanma ile sosyal görünüş kaygısı arasında negatif yönlü bir korelasyon vardır (Aktaş, 2020). 228 üniversite öğrencinin katılımıyla yürütölen bir çalışma, olumlu beden imajı puanları arttıka sosyal değerlendirilme kaygısı puanlarının azaldığını, güvenli bağlanma ve olumsuz beden imgesi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu, kaygılı bağlanma ve olumsuz beden imajının pozitif yönlü bir korelasyona sahip olduğunu ortaya koymuştur (Cash, Theriault ve Annis, 2004).

Dilmaç ve Karadeniz (2021) tarafından evli bireylerin katılımı ile yapılan bir araştırmada, sosyal görünüş kaygısının güvenli bağlanma ile negatif yönde bir ilişkisi olduğu görölürken, kaygılı ve kaçıngan bağlanma ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu çalışmayı destekler nitelikteki bir diğer araştırma, beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcılarla yürütölmüştür. Sosyal görünüş kaygısının kaygılı ve kaçıngan bağlanma ile ilişkili olduğu bu örnekte de desteklenmiştir (Kozan ve Hamarta, 2017).

Stark ve Newton (2014) dans ortamında arkadaşlarla bağlanmanın kaygı bozuklukları açasından koruyucu olduğunu ileri sürmüştür. Bu çalışma ile, kaygı ve bağlanmanın dansçılar için önemi açıklanmakla birlikte, dansçılarının bağlanma teorisi

ve sosyal görünüş kaygısı açısından değerlendirildiği çalışmalar açısından araştırmada da belirtildiği üzere literatürde büyük bir boşluk bulunmaktadır.

## BÖLÜM 4

### 4. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ VE VARSAYIMLAR

Bu bölümde araştırmanın hipotezleri, varsayım ve sınırlılıklarına ilişkin detaylı bilgilere yer verilmiştir.

#### 4.1 Araştırma Hipotezleri

Yukarıda verilen tüm bilgiler ışığında, bu çalışmada bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları değişkenlerinin profesyonel dansçı ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda incelenmesi hedeflenmektedir. Bağlanma stilleri bağımsız değişken, sosyal görünüş kaygısı aracı değişken ve yeme tutumları bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Bu amaç doğrultusunda; katılımcıların bağımlı, bağımsız, aracı değişkenlerin ölçüm araçlarına ve demografik bilgi formuna verdikleri yanıtlar toplanmıştır. Öte yandan, hem dansçıları kapsayan bir örnekleme bağlanma stilleri üzerine yürütülmüş çalışmalara literatürde yer verilmemiş olması hem de yeme tutumlarındaki bozulmaların her iki örneklem için de benzer özellikler taşıması nedeni ile aşağıda yer alan bazı hipotezlerde örneklem grupları arasında karşılaştırma yapılamamıştır.

Yukarıda belirtilen amaca yönelik olarak şu hipotezler test edilmiştir:

H1: Profesyonel dansçılarda hem de profesyonel dansçı olmayan grupta kadınların Yeme Tutum Testi puanları erkeklerden anlamlı olarak daha yüksektir.

H2: Profesyonel dansçıların Yeme Tutum Testi puanları profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubundan anlamlı olarak daha yüksektir.

H3: Profesyonel dansçıların BKİ ortalaması profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubundan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

H4: Profesyonel dansçuların sosyal görünüş kaygısı leği puan ortalaması profesyonel dansçı olmayan karşılaştıırma grubundan anlamlı olarak daha yüksektir.

H5: Profesyonel dansçuların ve karşılaştıırma grubunun kaygılı, kaçıngan ve güvenli bağlanma alt ölçekleri ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

H6: Hem profesyonel dansçularda hem de profesyonel dansçı olmayan grupta güvensiz bağlanma alt ölçekleri ve Yeme Tutum Testi puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H7: Hem profesyonel dansçularda hem de profesyonel dansçı olmayan grupta sosyal görünüş kaygısı ve Yeme Tutum Testi puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H8: Hem profesyonel dansçularda hem de profesyonel dansçı olmayan grupta güvenli bağlanma alt leği ve Yeme Tutum Testi puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H9: Hem profesyonel dansçularda hem de profesyonel dansçı olmayan grupta güvenli bağlanma alt leği ve sosyal görünüş kaygısı puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H10: Hem profesyonel dansçularda hem de profesyonel dansçı olmayan grupta sosyal görünüş kaygısı ve güvensiz bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H11: Hem profesyonel dansçularda hem de karşılaştıırma grubunda güvensiz bağlanma stillerinin Yeme Tutum Testi puanlarını pozitif yönde anlamlı düzeyde yordaması beklenmektedir.

H12: Profesyonel dansçularda güvensiz bağlanma stilleri ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının aracılık etkisi beklenmektedir.

#### **4.2 Araştıırmanın Varsayımları ve Sınırlılıkları**

Bu araştıırma kapsamında elde edilen bilgiler; Demografik Bilgi Formu,  Boyutlu Bağlanma Stilleri leği, Sosyal Görünüş Kaygısı leği ve Yeme Tutum Testi Kısa Formu (YTT-26) ile toplanmış olan yanıtlarla sınırlıdır. 65 yaşı üstü katılımcuların araştıırmadan dışlanmaması örneklemin temsil gücünü düşürmüş olabileceğinden kısıtlılıklar arasında yer almaktadır. Çevrimiçi olarak katılım sağlanabilmesi sebebiyle internete erişimi olmayan katılımcuların araştıırmaya dahil edilememiş olması araştıırmanın bir diğer sınırlılığıdır. Katılımcuların z

değerlendirmeye dayalı ölçeklere verdiği yanıtların doğru ve içten cevaplar olduğu varsayılmaktadır. Araştırmanın bir diğer varsayımı, örneklemin benzer özellikler taşıyan bireylerin içinde bulunduğu evreni temsil edeceğidir.

## BÖLÜM 5

### 5. YÖNTEM

Sırasıyla, araştırmada yer almış olan örnekleme, veri toplama araçları, işlem yolu ve veri analizi bu bölümde ele alınacaktır.

#### 5.1 Örnekleme

Bu araştırma, 18 yaşından büyük 383 katılımcı ile yürütölmüştür. Örnekleme sayısı, toplam madde sayısının (60 madde) 5 katı olacak şekilde hesaplanmıştır (Nunnally, 1978). Gönüllü olarak araştırmaya dahil olan katılımcıların verileri internet üzerinden çevrimiçi olarak toplanmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul ederek soruları eksiksiz tamamlayan 386 katılımcı bulunmaktadır. Karşılaştırma grubundan toplamda 3 kişi olmak üzere uç değerlerdeki (YTT-26 için veri setinin iki standart sapma üzerinde yer alan) katılımcıların sonuçları veri setinden normal dağılım varsayımını karşılamak amacıyla çıkartılmıştır. Analizler, 159 profesyonel dansçı (102 kadın, 55 erkek ve 2 diğer) ve 224 profesyonel olarak dans etmeyen katılımcı (157 kadın, 66 erkek ve 1 diğer) olmak üzere toplam 383 katılımcının verileri üzerinden yapılmıştır.

Profesyonel dansçı grubuna yalnızca 18 yaşından büyük lisanslı dansçı, yaşışmacı, gösteri/performans dansçısı, dans bölümü konservatuar öğrencisi, dans bölümü mezunu, dans eğitmeni olan katılımcılar alınmıştır. Diğer katılımcılar ise karşılaştırma grubunda yer almıştır. Profesyonel dansçı olma koşulu danstan gelir sağlamaya indirgenmemiştir. Bunun sebepleri arasında, lisanslı veya yaşışmacı olan dansçıların danstan gelir sağlamıyor olmasına karşın profesyonel olarak dans ediyor olmaları ve dansın özellikle tam zamanlı iç olanakları konusunda kısıtlı bir alan olması yer almaktadır.



Karşılaştırma grubunu ise profesyonel olarak dans etmeyen 18 yaş üstü bireyler oluşturmaktadır. Ayrıca, karşılaştırma grubunda anketlerin eksik doldurulması dışlama kriteri olarak kullanılmıştır.

## **5.2 Veri Toplama Araçları**

Katılım şartlarının yer aldığı Bilgilendirilmiş Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Yeme Tutum Testi Kısa Formu (YTT-26) ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği sırasıyla araştırmada kullanılmış olan ölçüm araçlarıdır.

### **5.2.1 Bilgilendirilmiş Onam Formu**

Araştırmacı tarafından hazırlanmış bilgilendirilmiş onam formu katılımcıya anket sorularını yanıtlamaya başlamadan hemen önce iletilmiştir. Form, katılımcıları araştırmanın başlığı, doğası, gizlilik, gönüllülük, tahmini katılım süresi gibi konularda bilgilendirmeyi ve onamlarını almayı hedeflemiştir. Araştırmacının adı ve mail adresi de katılımcıların sorularını iletebilmesi adına bu formda yer alan bilgiler arasındadır.

### **5.2.2 Demografik Bilgi Formu**

Katılımcıların; cinsiyeti, eğitim düzeyi, yaşı, hangi dans türü ile ilgilendiği, eğitim seviyesi, ilişki durumu, gelir düzeyi, daha önce psikiyatrik bir tanı alıp almadığı, ilaç kullanım durumu gibi sosyodemografik bilgilerini ve BKİ hesaplaması için gerekli olan boy-kilo bilgilerini elde etmek için araştırmacı tarafından düzenlenmiş olan kısa formdur. Bu ankette herhangi bir puanlama söz konusu değildir.

### **5.2.3 Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği**

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Erzen (2016) tarafından kişilerin güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerini ölçümlemek amacı ile geliştirilmiştir. Toplam 18 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipi ölçekte bulunan her bir soru için "1 = Kesinlikle katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kısmen katılıyorum, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen katılıyorum" anlamına gelmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde yer almamaktadır. 3 alt boyuttan oluşan ölçeğin 1. 3. 5. 9. 12. 15. ve 18. maddeler olmak üzere 7 maddesi kaçınan bağlanma, 2. 6. 8. 11. 14 ve 17. maddeler

olmak üzere 6 maddesi kaygılı-kararsız bağlanma ve 4. 7. 10. 13. 16. maddeler olmak üzere 5 maddesi güvenli bağlanma stilini ölçümlemektedir. Alt boyutların Cronbach Alfa değerleri güvenli bağlanma için .69, kaygılı-kararsız bağlanma için .71 ve kaçınan bağlanma stili için .80 olarak bulunmuştur. Üç alt boyut farklı bağlanma stillerini ölçümlemek için kullanıldığından, ölçeğin toplam puanı ve 18 maddenin tamamı için Cronbach Alfa değeri hesaplanılamamaktadır.

Bu araştırmada Cronbach Alfa değerleri; güvenli bağlanma alt boyutu için .62, kaygılı-kararsız bağlanma alt boyutu için .85 ve kaçınan bağlanma alt boyutu için .82 olarak hesaplanmıştır.

#### **5.2.4 Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği**

Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği başkaları tarafından görünüşe dayalı olumsuz değerlendirilme kaygısını ölçümlemek amacıyla geliştirilmiştir. Üç farklı örnekleme hesaplanan Cronbach Alfa değerleri .94, .95 ve .94 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe adaptasyon çalışması Doğan (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. 16 maddeden oluşan ölçeğin iç tutarlık katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçek tek boyuttan oluşmaktadır ve 5'li Likert tipidir (Hiç uygun değil = 1, Uygun değil = 2, Biraz uygun = 3, Uygun = 4 ve Tamamen uygun = 5). Ölçeğin 1. Maddesi ters kodlanmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan 16'dır. Alınan puanın yüksekliği sosyal görünüş kaygısı ile doğru orantılıdır. Ülkemizde birçok araştırmada kullanılmış olan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin yapılan farklı çalışmalarda iç tutarlılık katsayısı .93, .90 ve .94 olarak bulunmuştur (İsmail, 2018; Gökçe, Uygurtaş ve Morca, 2020; Avunduk, 2021).

Bu araştırmada yapılan geçerlik güvenirlik çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa değeri .94 olarak hesaplanmıştır.

#### **5.2.5 Yeme Tutum Testi Kısa Form (YTT-26)**

Bu ölçek bireylerdeki yeme davranışlarında meydana gelen olası bozuklukları ölçümlemeyi hedeflemektedir. Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe adaptasyon çalışması, Savaşır ve Erol (1989) tarafından gerçekleştirilmiştir. Adaptasyon çalışması yapılan ilk ölçek 40 sorudan oluşmaktadır. Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk (2019) tarafından geliştirilen 26 soruluk kısa formun iç tutarlık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır. Sosyal baskı, yeme meşguliyeti ve

kısıtlama alt boyutları ise sırasıyla .62, .76 ve .85 olarak bulunmuştur. Ölçek 6'lı likert tipidir. Her bir madde için cevap seçenekleri “Daima”, “Çok sık”, “Sık sık”, “Bazen”, “Nadiren” ve “Hiçbir zaman” şeklindedir. Ölçek toplam puan hesaplanarak kullanabilmektedir ve kesme puanı 20 olarak belirlenmiştir. Yeme tutumlarının bozulmuş olarak değerlendirilmesi için 20 puan ve üzeri alınmış olması gerekmektedir. Ancak, alınan puan 20 puanın altında çıkarsa da alınan puanın artması yeme tutumlarındaki bozulmanın da arttığı anlamında gelmektedir. Birçok çalışmada toplam puanı ile kullanılan Yeme Tutum Testi Kısa Formu bu araştırmada da toplam puan hesaplanarak kullanılacaktır (Akin, 2020; Göncüoğlu, 2021).

Yürütülen bu araştırmada yapılan geçerlik güvenirlik testlerinde, ölçeğin Cronbach Alfa değeri .88 olarak hesaplanmıştır.

### **5.3 İşlem**

19.07.2022 tarihinde, F.M.V. Işık Üniversitesi Etik Kurul Komisyonundan ilgili çalışma için onay alınmış ve veri toplama süreci 16.08.2022 tarihinde başlayıp 30.10.2022 tarihinde son bulmuştur. Araştırma duyurusu sosyal medya hesapları üzerinden online platformlar aracılığıyla yayılmıştır. Katılımcıların isimleri gizlilik ilkesine uyulması için alınmamıştır. Katılımcılara çevrimiçi olarak hazırlanmış olan onam formu, demografik bilgi formu ve araştırmada kullanılan ölçüm araçlarının bulunduğu bir anket linki iletilmiştir. Çalışma tamamen gönüllülük esasına dayandığından, yalnızca onam formunu okuyarak katılmayı kabul eden katılımcılar diğer soruları yanıtlamıştır. Sırasıyla Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Yeme Tutum Formu Kısa Testi (YTT-26), Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada yer alan tüm soruların yanıtlanması yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

### **5.4 Verilerin Analizi**

Bu araştırma kapsamında toplanan verilerin istatistiksel analizleri SPSS 21 uygulaması ile yapılmıştır. Araştırmada kullanılmış olan değişkenlerin ölçüm araçlarının ve ölçüm aracı alt boyutlarının çarpıklık basıklık değerlerinin-/+3 aralığında normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiştir (Bai ve Ng, 2005; Kalaycı, 2010). Normallik varsayımı test edildikten sonra Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri

Ölçeği'nin tüm alt boyutları ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği hem profesyonel dansçı hem de karşılaştırma grubu için normallik varsayımını sağlamıştır. Yeme Tutum Testi Kısa Formu'nun normallik varsayımını sağlayabilmesi adına karşılaştırma grubundan 3 katılımcıya ait veriler, veri setinin iki standart sapma üzerinde yer aldığından araştırmaya dahil edilmemiştir. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutum Testinin toplam puanlarının, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin ise her bir alt boyutunun ayrı ayrı iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Kabul edilebilir iç tutarlılık katsayısının .60 ve üzeri olduğu bilgisine dayanılarak ölçeklerin Cronbach Alfa değerleri kontrol edilmiştir (Kılıç, 2016). Profesyonel dansçı ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için ayrı ayrı yürütülen geçerlik güvenirlik analizlerinde yalnızca Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri'nin güvenli bağlanma alt boyutu karşılaştırma grubu için .60 altında Cronbach Alfa değerine sahip olması sebebiyle analizlere dahil edilmemiştir. Diğer tüm ölçüm araçları iki grup için de geçerli ve güvenilir bulunmuştur. Katılımcılardan alınan boy ve kilo bilgileri doğrultusunda BKİ hesaplanmıştır. BKİ hesaplaması için kullanılan formül “beden ağırlığı (kg)/ (boy uzunluğu (m))<sup>2</sup>” şeklindedir (Dünya Sağlık Örgütü, 2010). Gruplar arasında cinsiyet açısından farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla ki-kare testi uygulanmıştır. Cinsiyete ve dansçı olma durumuna göre BKİ, bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları puanlarında anlamlı farklılıklar meydana gelip gelmediğini test etmek amacıyla bağımsız örneklem t-test analizi kullanılmıştır. Araştırmada yer alan sürekli değişkenlerin birbirleri ile ilişkilerinin incelenmesi için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Aracı etki analizinin temel varsayımlarını test edebilmek adına araştırma değişkenlerinin yordayıcı güçlerini gösteren basit regresyon analizleri yürütülmüştür. Aracı etki varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığı kontrol edildikten sonra aracı etki hipotezlerini test etmek amacıyla %95 bootstrap güven aralığı ile PROCESS basit aracı etki analizi (Model 4) kullanılmıştır (Hayes, 2018).

## BÖLÜM 6

### 6. BULGULAR

Bu bölümde, katılımcıların demografik bilgilerine yönelik detaylı verilerin yer aldığı tablolar, araştırmada kullanılan ölçüm araçlarının ve bu ölçüm araçlarının alt boyutlarının normallik dağılımları, ki-kare analizi, güvenirlik analizlerinden elde edilen sonuçlar (Cronbach Alfa değerleri) mevcuttur. Araştırma hipotezlerini test etmek için, gruplara göre değişkenlerdeki farklılaşmaları gösteren bağımsız örneklem t-test analizi, ölçümlenen değişkenler arasındaki ilişkileri açıklayan Pearson Korelasyon analizi, değişkenlerin birbirlerine etkilerini açıklayan basit regresyon analizi ve aracı etki (Process Macro Model 4) analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

#### 6.1 Örneklemin Demografik Özellikleri

Araştırmanın örneklemini toplam 383 katılımcıdan oluşmaktadır. Örneklem, 18 yaşından büyük 159 profesyonel dansçı ve 224 karşılaştırma grubu katılımcısını kapsamaktadır. 18-51 yaş aralığındaki 102 kadın profesyonel dansçının yaş ortalaması 25.99 (SS=0.67), 18-58 yaş aralığında profesyonel dansçı olmayan 157 kadın katılımcının yaş ortalaması ise 28.61'dir (SS=0.68). 18-70 yaş aralığında bulunan 55 erkek profesyonel dansçının yaş ortalaması 30.29 (SS=1.64) ve profesyonel dansçı olmayan 18-79 yaş aralığındaki 66 erkek katılımcının yaş ortalaması ise 31.17'dir (SS=1.35). Tablo 6.1de profesyonel dansçı grubu ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için cinsiyetlere göre yaş ortalamaları yer almaktadır.

**Tablo 6.1** Kadın ve Erkek Yaş Ortalamaları

Cinsiyet	Grup	Ort.	SS	n
Kadın	Karşılaştırma Grubu	28.61	0.68	157
	Profesyonel Dansçı Grubu	25.99	0.67	102
Erkek	Karşılaştırma Grubu	31.17	1.35	66
	Profesyonel Dansçı Grubu	30.29	1.64	55

Hem profesyonel dansçı grubuna hem de karşılaştırma grubuna ait cinsiyet, gelir düzeyi, eğitim, ilişki ve çalışma durumu gibi demografik özellikleri yansıtan bilgiler ve yüzdelik değerler Tablo 6.2’de yer almaktadır. Gruplar arasında cinsiyete göre farklılaşmalar olup olmadığını test etmek amacıyla ki-kare analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre, profesyonel dansçı ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grupları arasında kadın ve erkek olma açısından anlamlı bir fark söz konusu değildir.  $\chi^2(1,380) = 1.25, p = .26$ .

**Tablo 6.2** Araştırmadaki Gruplara Ait Sosyodemografik Bilgiler ve Ki-kare Testi

	Profesyonel Dansçı Grubu		Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubu		$\chi^2$
	n	Yüzde (%)	n	Yüzde (%)	
<b>Cinsiyet</b>					
Kadın	102	%64.2	157	%70.1	1.25
Erkek	55	%34.6	66	%29.5	
Diğer	2	%1.3	1	%0.4	
<b>Eğitim</b>					
İlköğretim	0	%0	1	%0.4	
Lise	48	%30.2	41	%18.3	
Ön Lisans	9	%5.7	14	%6.3	
Lisans	84	%52.8	127	%56.7	
Yüksek Lisans	16	%10	34	%15.2	
Doktora	2	%1.3	7	%3.1	
<b>İlişki Durumu</b>					
İlişkisi yok	71	%44.7	103	%46	
İlişkisi var	58	%36.5	58	%25.9	
Sözlü/Nişanlı	6	%3.8	6	%2.7	

**Tablo 6.2 (devamı)** Araştırmadaki Gruplara Ait Sosyodemografik Bilgiler ve Ki-kare Testi

Evli	17	%10.7	43	%19.2
Boşanmış	2	%1.3	9	%4.0
Diğer	5	%3.1	5	%2.2
<b>Çalışma Durumu</b>				
Tam zamanlı	71	%44.7	110	%49.1
Yarı zamanlı	33	%20.8	14	%6.3
Öğrenci	43	%27	59	%26.3
Çalışmıyor	9	%5.7	33	%14.7
Emekli	3	%1.9	8	%3.6
<b>Gelir Düzeyi</b>				
Düşük	11	%6.9	16	%7.1
Düşük-orta	34	%21.4	38	%17.0
Orta	68	%42.8	107	%47.8
Orta-yüksek	43	%27	51	%22.8
Yüksek	3	%1.9	12	%5.4

\*\*p <.01

Profesyonel dansçı grubundaki katılımcıların ilgilendikleri dans türlerine dair sayısal veriler Tablo 6.3'te yer almaktadır. Katılımcıların büyük çoğunluğunun modern dans, salsa ve bale ile ilgilendiği görülmektedir.

**Tablo 6.3** Profesyonel Dansçı Grubunun Dans Türlerine Göre Dağılımı

Dans Türü	<i>n</i>	Yüzde (%)
<b>Modern Dans</b>	37	%23.3
<b>Salsa</b>	35	%22.0
<b>Bale</b>	30	%18.9
<b>Halk Dansları</b>	21	%13.2
<b>Sportif Latin</b>	17	%10.7
<b>Diğer</b>	9	%5.7
<b>Hip hop</b>	4	%2.5
<b>Bachata</b>	4	%2.5
<b>Tango</b>	2	%1.3
<b>Toplam</b>	<b>159</b>	<b>%100</b>

Profesyonel dansçı grubu katılımcıların kaç yıldır dans ettiğine ilişkin bilgilere Tablo 6.4’te değinilmiştir. Katılımcıların büyük çoğunluğunun 9 yıldan uzun süredir dans ettiği görülmektedir.

**Tablo 6.4** Profesyonel Dansçı Grubunun Dans Edilen Yıl Sayısına Göre Dağılımı

Dans Edilen Süre	<i>n</i>	Yüzde (%)
0-2 yıl	14	%8.8
3-5 yıl	23	%14.5
6-8 yıl	35	%22.0
9 yıl ve üzeri	87	%54.7
<b>Toplam</b>	159	%100

Tablo 6.5’te dansçıların haftada kaç gün dans ediyor olduklarına ilişkin sayısal veriler ve yüzdelik dağılımlar bulunmaktadır.

**Tablo 6.5** Profesyonel Dansçı Grubunun Dans Günlerine Göre Dağılımı

Gün sayısı	<i>n</i>	Yüzde (%)
1	3	%1.9
2	10	%6.3
3	23	%14.5
4	29	%18.2
5	29	%18.2
6	40	%25.2
7	25	%15.7
<b>Toplam</b>	159	%100



## 6.2 Ölçüm Araçlarının Normallik Analizleri

Araştırmada kullanılmış olan ölçeklerin normallik dağılımlarını kontrol etmek amacıyla her bir değişkenin ve değişkenlerin alt boyutlarının profesyonel dansçılar ve karşılaştırma grubu katılımcıları için ayrı ayrı çarpıklık basıklık (Skewness-Kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. George ve Mallery (2010) Skewness ve Kurtosis katsayılarının normal kabul edilebilmesi için  $-/+2$  aralığında yer alması gerektiğini belirtmiştir. Bu konuya ilişkin bir diğer varsayım ise,  $-/+3$  aralığında yer alan Kurtosis ve Skewness değerlerinin normal dağılımı işaret ettiği yönündedir (Bai ve Ng, 2005; Kalaycı, 2010). Bu bilgiler göz önüne alındığında, karşılaştırma grubu için YTT-26'nın normallik varsayımını sağlayabilmesi amacıyla veri seti incelenerek iki standart sapma yukarıda yer alan üç katılımcı veri setine ve analizlere dahil edilmemiştir. Normallik dağılımlarına ilişkin sayısal verilerin detayları Tablo 6.6'da verilmiştir.

**Tablo 6.6** Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Ölçeklerinin Normallik Testi Analizleri

Değişkenler	Profesyonel Dansçı Grubu				Karşılaştırma Grubu			
	Skewness		Kurtosis		Skewness		Kurtosis	
	İstatistik	SS	İstatistik	SS	İstatistik	SS	İstatistik	SS
<b>YTT-26</b>	1.596	0.192	1.975	0.383	1.560	0.163	2.317	0.324
<b>Kaçıngan</b>	0.856	0.192	0.606	0.383	0.594	0.163	0.386	0.324
<b>Kaygılı</b>	0.562	0.192	-0.289	0.383	0.483	0.163	-0.125	0.324
<b>Güvenli</b>	-0.603	0.192	0.501	0.383	-0.493	0.163	0.294	0.324
<b>SGKÖ</b>	0.988	0.192	0.262	0.383	0.769	0.163	-0.032	0.324

YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu, Kaçıngan= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaçıngan Bağlanma Alt Boyutu, Kaygılı= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu, Güvenli= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, SGKÖ= Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği.

### 6.3 Ölçüm Araçlarının Betimleyici Analizleri

Araştırmada yer alan ölçüm araçlarına ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerlerin betimleyici analiz sonuçları Tablo 6.7’de yer almaktadır.

**Tablo 6.7** Araştırmada Yer Alan Değişkenlerin Betimleyici Analizleri

	Profesyonel Dansçı Grubu				Karşılaştırma Grubu			
	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>
<b>Güvenli</b>	10.00	25.00	19.49	3.90	2.00	5.00	3.86	0.55
<b>Kaygılı</b>	6.00	28.00	14.65	2.44	1.00	4.83	2.52	0.84
<b>Kaçıngan</b>	7.00	31.00	14.96	2.14	1.00	4.57	2.10	0.60
<b>SGK</b>	16.00	77.000	34.18	2.14	1.00	4.88	2.16	0.90
<b>YTT-26</b>	0.00	53.00	11.76	0.45	0.00	1.69	0.36	0.33
<b>BKİ</b>	15.48	29.39	20.92	2.77	16.00	38.20	22.97	3.84

Güvenli= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği’nin Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, Kaygılı= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği’nin Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu, Kaçıngan= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği’nin Kaçıngan Bağlanma Alt Boyutu, SGKÖ= Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu, BKİ= Beden Kitle İndeksi.

### 6.4 Ölçüm Araçlarının Güvenirlik Analizleri

Bağlanma stillerini ölçümlemek amacıyla kullanılan Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği’nin kaçınan bağlanma alt boyutunun Cronbach Alfa değeri 383 kişiden oluşan tüm katılımcılar için .82 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada yer alan her iki grup için ayrı olarak da hesaplanan kaçınan bağlanma alt boyutunun Cronbach Alfa değeri profesyonel dansçı grubu için .85, profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için .79 olarak bulunmuştur. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği’nin ikinci alt boyutu olan kaygılı bağlanmanın gruplara ayrılmamış 383 katılımcı için Cronbach Alfa değeri .86 bulunmuştur. Profesyonel dansçılar için .87, karşılaştırma grubu için .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin son alt boyutu olan güvenli bağlanma için tüm katılımcıların verileri gruplara ayrılmadan Cronbach Alfa değeri .62 olarak bulunmuştur. Gruplara ayrılarak hesaplandığında Cronbach Alfa değerinin

profesyonel dansçılar için .65 ve karşılaştırma grubu için .59 olduğu görülmüştür. Ölçüm aracının güvenilir kabul edilmesi için gerekli görülen alt sınır .60 olarak belirlendiğinden, karşılaştırma grubu için güvenli bağlanma alt boyutu ile analiz yapılmamıştır (Kılıç, 2016). Ölçeğin diğer alt boyutları tüm gruplarda güvenilirlik için gerekli minimum sayıyı sağlamaktadır.

Araştırmanın ölçüm araçlarından Yeme Tutum Testi Kısa Formu'nun (YTT-26) geçerlik güvenilirlik analizi için Cronbach Alfa değeri hesaplanmıştır. Ölçeğin tüm katılımcılar gruplara ayrılmadan hesaplanan Cronbach Alfa değeri .87 bulunmuştur. Aynı analiz araştırmada yer alan gruplar için ayrı ayrı tekrarlandığında, profesyonel dansçılar için .90 ve karşılaştırma grubu için .82 olarak hesaplanmıştır. Ölçüm aracı tüm gruplar için güvenilir bulunmuştur.

Son olarak, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin geçerlik güvenilirlik analizi için Cronbach Alfa değeri hesaplanmıştır. Tüm katılımcılar için .96 bulunan Cronbach Alfa değeri gruplar için ayrı olarak hesaplandığında da profesyonel dansçı grubu için .96 ve karşılaştırma grubu için .95 olarak bulunmuştur. Ölçeğin oldukça güvenilir bir ölçüm aracı olduğu görülmüştür.

## **6.5 Profesyonel Dansçı Olan ve Olmayan Grubun Karşılaştırılması**

Yürütülen bağımsız örneklem için t-test analiz sonuçlarına göre elde edilen sonuçlar Tablo 6.8'de yer almaktadır. Yapılan analizler göstermiştir ki profesyonel dansçı grubunun yeme tutum puanlarındaki bozulma ( $Ort. = 11.79, SS = 11.96$ ), profesyonel dansçı olmayan gruba kıyasla ( $Ort. = 9.47, SS = 8.59$ ) anlamlı düzeyde yüksektir  $t(381) = -2.06, p < .05$ . Yani, H2 hipotezi desteklenmiştir. Buna ek olarak, araştırmanın bir diğer hipotezi olan (H3) BKİ değerlerinde profesyonel dansçı olan ve olmayan iki grup arasında farklılaşma olup olmadığını incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-test analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, profesyonel dansçıların BKİ puanlarının ( $Ort. = 20.92, SS = 2.77$ ), dansçı olmayanlara göre ( $Ort. = 22.97, SS = 3.84$ ) anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür  $t(381) = 6.06, p < .01$ . H3 hipotezi desteklenmiştir. H4 hipotezi olan sosyal görünüş kaygısı açısından gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bir diğer deyişle, sosyal görünüş kaygısı profesyonel dansçı olma durumuna göre değişmemiştir. Dolayısıyla, H4 hipotezi desteklenmemiştir. H5 hipotezinde belirtildiği gibi kaygılı, kaçınan ve güvenli

bağlanma stillerinin profesyonel dansçı olma ve olmama durumuna göre farklılık göstermediği görülmüştür. Bir diğer deyişle, H5 hipotezi desteklenmiştir.

Özetle, dansçıların yeme tutumlarında karşılaştırma grubuna göre daha fazla bozulma görülmektedir ve profesyonel dansçıların BKİ puanları profesyonel dansçı olmayanlardan daha düşüktür. Sosyal görünüş kaygısı ise profesyonel dansçı olma durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir değişim göstermemektedir.

**Tablo 6.8** Gruplara Göre Değişkenlerin Karşılaştırılması

<i>Değişkenler</i>	<i>Grup</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>T</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>YTT-26</b>	Dansçı Grubu	11.79	11.96	-2.06	381	.040
	Karşılaştırma Grubu	9.47	8.59			
<b>SGKÖ</b>	Dansçı Grubu	34.18	14.94	0.30	381	.978
	Karşılaştırma Grubu	34.63	14.45			
<b>BKİ</b>	Dansçı Grubu	20.92	2.77	6.06	381	.000
	Karşılaştırma Grubu	22.97	3.84			
<b>Güvenli</b>	Dansçı Grubu	19.49	2.82	-0.62	381	.539
	Karşılaştırma Grubu	19.31	2.75			
<b>Kaçıngan</b>	Dansçı Grubu	14.96	4.83	-0.53	381	.597
	Karşılaştırma Grubu	14.71	4.23			
<b>Kaygılı</b>	Dansçı Grubu	15.60	5.05	0.85	381	.394
	Karşılaştırma Grubu	13.42	4.74			

Güvenli= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, Kaygılı= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu, Kaçıngan= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin Kaçıngan Bağlanma Alt Boyutu, SGKÖ= Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu, BKİ= Beden Kitle İndeksi.

## 6.6 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumlarının Cinsiyetlere Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların tamamı için yeme tutumlarının, sosyal görünüş kaygılarının ve bağlanma stillerinin cinsiyetlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi analizleri kullanılmıştır. Tablo 6.9’da analize ilişkin sonuçlar bulunmaktadır. Analizlerin sonuçlarına göre, kadınların yeme tutumlarındaki bozulmaların (*Ort.* = 11.45, *SS* = 10.88), erkeklere kıyasla (*Ort.* = 8.34, *SS* = 8.20) anlamlı düzeyde yüksek olduğu  $t(378) = 3.09$ ,  $p < .01$  ve erkeklerin sosyal görünüş kaygısı puanlarının (*Ort.* = 30.24, *SS* = 12.25), kadınlardan (*Ort.* = 36.41, *SS* = 15.31) anlamlı düzeyde düşük olduğu  $t(378) = 4.22$ ,  $p < .01$  bulunmuştur. Güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma açısından cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılaşma olmamasına karşın kaygılı bağlanma puanlarının kadınlarda (*Ort.* = 15.60, *SS* = 5.05), erkeklere (*Ort.* = 13.42, *SS* = 4.74) göre daha yüksek olduğu görülmüştür  $t(378) = 3.99$ ,  $p < .01$ .

**Tablo 6.9** Değişkenlerin Cinsiyetlere Göre Karşılaştırılması

<i>Değişkenler</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>YTT-26</b>	Kadın	11.45	10.88	3.09	378	.002
	Erkek	8.34	8.20			
<b>SGKÖ</b>	Kadın	36.41	15.31	4.22	378	.000
	Erkek	30.24	12.25			
<b>Güvenli</b>	Kadın	20.92	2.77	6.06	378	.846
	Erkek	22.97	3.84			
<b>Kaçınan</b>	Kadın	14.73	4.44	-0.49	378	.626
	Erkek	14.98	4.61			
<b>Kaygılı</b>	Kadın	15.60	5.05	3.99	378	.000

**Tablo 6.9 (devamı)** Değişkenlerin Cinsiyetlere Göre Karşılaştırılması

Erkek	13.42	4.74
-------	-------	------

YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu, Kaçınan= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaçınan Bağlanma Alt Boyutu, Kaygılı= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu, Güvenli= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, SGKÖ= Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği.

### 6.7 Yeme Tutumlarının İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Araştırmanın birinci hipotezi olan profesyonel dansçılarda ve profesyonel dansçı olmayan grupta kadınların YTT-26 puanlarının erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek olup olmadığının incelenmesi amacıyla Çift Yönlü Varyans (Anova) analizi kullanılmıştır. Profesyonel dansçı grubu ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için cinsiyetlere göre ayrılmış YTT-26 puanlarının yer aldığı Tablo 6.10 aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 6.10** YTT-26'nın Cinsiyetlere ve Gruplara Göre Ortalama Değerleri

Cinsiyet	Grup	Ort.	SS	n
Kadın	Karşılaştırma Grubu	9.97	9.094	157
	Profesyonel Dansçı Grubu	13.73	12.876	102
	Total	11.45	10.876	259
Erkek	Karşılaştırma Grubu	8.39	7.204	66
	Profesyonel Dansçı Grubu	8.27	9.332	55
	Total	8.34	8.204	121
Toplam	Karşılaştırma Grubu	9.51	8.593	223
	Profesyonel Dansçı Grubu	11.82	12.012	157
	Total	10.46	10.195	380

Yeme tutumları cinsiyetlere göre farklılık gösterirken ( $p < .01$ ), profesyonel dansçı grubu ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubuna göre farklılaşmadığı gözlenmiştir (Cinsiyeti diğer olarak seçmiş katılımcıların verileri bu analiz için dışarıda bırakıldığında t-test analizlerinde bulunmuş olan gruplar arası fark burada bulunmamıştır. Cinsiyet için diğer grubunda yalnızca 3 katılımcı bulunduğu için iki yönlü anova analizine diğer grubu dahil edilmemiştir.) Cinsiyetler ve dansçı olma durumunun etkileşimi yeme tutumları üzerinde istatistiksel olarak

anlamli bir farklılık oluşturmamıştır  $F(1,380) = 100.327, p > .05$ . Tablo 6.11’de detaylı istatiksels veriler yer almaktadır.

**Tablo 6.11** İki Yönlü Varyans Analizi Tablosu

	<b>Kareler Toplamı</b>	<b>df</b>	<b>Mean Square</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>Düzenlenmiş Model</b>	1669.529	3	556.510	5.547	.001
<b>Kesişim</b>	32914.118	1	32914.118	328.069	.000
<b>Cinsiyet</b>	999.218	1	999.218	9.960	.002
<b>Gruplar</b>	266.128	1	266.128	2.653	.104
<b>Cinsiyet * Gruplar</b>	302.864	1	302.864	3.019	.083
<b>Hata</b>	37722.878	376	100.327		
<b>Toplam</b>	80973.000	380			
<b>Düzenlenmiş Toplam</b>	39392.408	379			

Yürütölen iki yönlü varyans analizi sonucunda, profesyonel dansçı kadın ve erkeklerin YTT-26 puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p < .05$ ). Profesyonel dansçı kadınların yeme tutumları, profesyonel dansçı erkeklerden daha fazla bozulma göstermektedir. Ancak profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda kadın ve erkekler arasında YTT-26 puanları açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p > .05$ ). H1 hipotezi profesyonel dansçı grubu için desteklenirken, karşılaştırma grubu için desteklenmemiştir. Tablo 6.12’de detaylı istatiksels veriler yer almaktadır.

**Tablo 6.12** Profesyonel Dansçı ve Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Kadın ve Erkek YTT-26 Puan Karşılaştırması

<b>Grup</b>	<b>Cinsiyet</b>		<i>MD</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
<b>Profesyonel Dansçı Grubu</b>	<b>Kadın</b>	<b>Erkek</b>	5.453	1.469	0.01
<b>Karşılaştırma Grubu</b>	<b>Kadın</b>	<b>Erkek</b>	1.581	1.676	0.28

### **6.8 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Aralarındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Analizlerinin Sonuçları**

Araştırmada yer alan bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları değişkenlerinin birbirleri ile ilişkilerini incelemek amacıyla profesyonel dansçı ve

profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için ayrı olarak Pearson korelasyon analizleri yürütülmüştür.

Profesyonel dansçı grubu için, yeme tutumları değişkeninin sosyal görünüş kaygısı ile güçlü ( $r = .62, p < .001$ ), kaygılı bağlanma ile orta güçte ( $r = .40, p < .01$ ), kaçınan bağlanma stili ile orta güçte ( $r = .30, p < .01$ ) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkileri olduğu saptanmıştır. Profesyonel dansçı grubunda, hipotezler arasında yer alan H6 ve H7 desteklenmiştir. Güvenli bağlanma stiline ise hem sosyal görünüş kaygısı ile ( $r = -.40, p < .01$ ) hem de yeme tutumları ile negatif yönde anlamlı ilişkilere sahip olduğu görülmüştür ( $r = -.35, p < .01$ ), profesyonel dansçı grubu için H8 ve H9 hipotezi desteklenmiştir. Sosyal görünüş kaygısı değişkeni de hem kaygılı bağlanma stili ile ( $r = .55, p < .01$ ) hem de kaçınan bağlanma stili ile ( $r = .21, p < .01$ ) anlamlı ilişkilere sahiptir. Profesyonel dansçı grubu için H10 da desteklenmiş hipotezler arasındadır. Pearson korelasyon analizinden elde edilen sonuçları Tablo 6.13'te yer almaktadır. Bu sonuçlara göre, profesyonel dansçıların güvensiz bağlanma ve sosyal görünüş kaygısı puanları arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar da artmaktadır. Güvenli bağlanma puanları arttıkça sosyal görünüş kaygıları ve yeme tutumlarındaki bozulmalar azalmaktadır. Kaygılı ve kaçınan (güvensiz) bağlanma stilleri puanları artan dansçıların ise sosyal görünüş kaygısı puanlarının da arttığı görülmektedir.

**Tablo 6.13** Profesyonel Dansçı Grubu Pearson Korelasyon Analizi

	<b>YTT-26</b>	<b>SGK</b>	<b>Güvenli</b>	<b>Kaygılı</b>	<b>Kaçınan</b>
<b>YTT-26</b>	1				
<b>SGK</b>	.62**	1			
<b>Güvenli</b>	-.35**	-.40**	1		
<b>Kaygılı</b>	.40**	.55**	-.41**	1	
<b>Kaçınan</b>	.30**	.21**	-.27**	.46**	1

\*\* $p < .01$ ,

YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu, Kaçınan= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaçınan Bağlanma Alt Boyutu, Kaygılı= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu, Güvenli= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, SGKÖ= Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

Profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için yürütülen Pearson korelasyon analizlerine göre, yeme tutumları değişkeninin sosyal görünüş kaygısı ( $r=.37 p < .01$ ) ve kaygılı bağlanma stili ile orta güçte ( $r=.34 p < .01$ ), kaçınan bağlanma



stili ile zayıf ( $r=.20$   $p<.01$ ) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkileri olduğu bulunmuştur. H6 ve H7 hipotezleri desteklenmiştir. Güvenli bağlanma stili alt ölçeği karşılaştırma grubunda .60 üzerinde Cronbach Alfa değerine sahip olmadığı için analize dahil edilmemiştir. Sosyal görünüş kaygısı değişkeninin kaygılı bağlanma stili ile pozitif yönde güçlü bir ilişkisi olmasına karşın ( $r=.46$ ,  $p<.01$ ) kaçınan bağlanma stili ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı görülmüştür ( $r=-.02$ ,  $p>.05$ ). H10 hipotezi kaygılı bağlanma için desteklenirken, kaçınan bağlanma için profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda desteklenmemiştir. Söz konusu değişkenlerin birbirleriyle korelasyonlarını gösteren sayısal değerler Tablo 6.14'te bulunmaktadır. Elde edilen sonuçlar göstermektedir ki; karşılaştırma grubunda yer alan katılımcıların, sosyal görünüş kaygısı ve güvensiz bağlanma puanları yükseldikçe yeme tutumlarındaki bozulmalar da artış göstermektedir. Benzer şekilde, profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda yer alan katılımcıların, kaygılı bağlanma puanları yükseldikçe sosyal görünüş kaygısı puanları da yükselmektedir.

**Tablo 6.14** Karşılaştırma Grubu Pearson Korelasyon Analizi

	YTT-26	SGK	Kaygılı	Kaçınan
YTT-26	1			
SGK	.37**	1		
Kaygılı	.34**	.46**	1	
Kaçınan	.20**	-.02	.28**	1

\* $p<.05$ , \*\*  $p<.01$ ,

Güvenli= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, Kaygılı= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu, Kaçınan= Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin Kaçınan Bağlanma Alt Boyutu, SGKÖ= Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu, BKİ= Beden Kitle İndeksi.

## 6.9 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları

### Değişkenlerine Yönelik Basit Regresyon Analizlerinin Sonuçları

Profesyonel dansçılarda güvenli bağlanma stiline yeme tutumlarını yordayıcı etkisini test etmek amacıyla basit regresyon analizi kullanılmıştır. Yapılan regresyon analizinin sonucuna göre, anlamlı bir regresyon modeli  $F(1,157)=21.316$ ,  $p<.01$  elde edilmiştir. Güvenli bağlanma, profesyonel dansçılardaki yeme tutumları bozulmasının %12'sini açıklamaktadır. Güvenli bağlanma stili negatif yönde ve anlamlı bir şekilde

yeme tutumlarını yordamaktadır ( $\beta=-0.3465, p<.01$ ). Güvenli bağlanma puanı ne kadar fazla ise yeme tutumlarındaki bozulma o kadar azalmaktadır.

Profesyonel dansçılarda kaygılı bağlanma stilinin yeme tutumlarını yordayıcı etkisini test etmek amacıyla yürütülen basit regresyon analizinin sonuçlarına göre, anlamlı bir model  $F(1,157)=29.036, p<.01$  elde edilmiştir. Kaygılı bağlanma, profesyonel dansçılardaki yeme tutumları bozulmasının %16'sını açıklamaktadır. Kaygılı bağlanma pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde yeme tutumlarını yordamaktadır ( $\beta=0.395, p<.01$ ). Kaygılı bağlanma puanı ne kadar fazla ise yeme tutumlarındaki bozulma da o kadar fazladır.

Profesyonel dansçılar için yürütülen son basit regresyon analizi kaçınan bağlanma stilinin yeme tutumlarını yordayıcı etkisini test etmek amacıyla yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre, anlamlı bir regresyon modeli  $F(1,157)=15.933, p<.01$  elde edilmiştir. Yeme tutumlarında kaçınan bağlanma tarafından açıklanmış varyans %9 olarak hesaplanmıştır. Kaçınan bağlanma pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde yeme tutumlarını yordamaktadır ( $\beta=0.304, p<.01$ ). Kaçınan bağlanma puanı ne kadar fazla ise yeme tutumlarındaki bozulma da o kadar fazladır.

H11 hipotezi profesyonel dansçı grubu için desteklenmiştir. Sosyal görünüş kaygısı, güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma değişkenlerinin profesyonel dansçı grubunda yeme tutumlarını yordayıcı etkilerinin incelenmesi ile elde edilen istatistiksel bilgiler Tablo 6.15'te gösterilmiştir.

**Tablo 6.15** Profesyonel Dansçı Grubunda Yeme Tutumu Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Yeme Tutumu					
	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>F</i>
<b>Sabit</b>	40.34	6.25	-	6.45	0.11	21.32
<b>Güvenli Bağlanma</b>	-1.47	0.32	-0.32	-4.62		
<b>Sabit</b>	0.52	2.96	-	0.18	0.09	15.93
<b>Kaçınan Bağlanma</b>	0.75	0.19	0.30	3.99		
<b>Sabit</b>	-1.90	2.68	-	0.43	0.16	29.04
<b>Kaygılı Bağlanma</b>	0.93	0.17	0.40	5.39		
<b>Sabit</b>	-5.29	1.86	-	-2.84	0.39	99.90
<b>Sosyal Görünüş Kaygısı</b>	0.50	0.05	0.62	10.00		

Bağlanma stillerinin sosyal görünüş kaygısını yordayıcı gücünü göstermek amacıyla yürütülen regresyon analizlerine ilişkin sonuçlar Tablo 6.16’da yer almaktadır.

**Tablo 6.16** Profesyonel Dansçı Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Sosyal Görünüş Kaygısı					
	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>F</i>
<b>Sabit</b>	77.66	7.63	-	9.92	0.16	30.18
<b>Güvenli Bağlanma</b>	-2.13	0.39	-0.40	-5.49		
<b>Sabit</b>	24.67	3.80	-		0.04	6.92
<b>Kaçınan Bağlanma</b>	0.64	0.24	0.21	2.63		
<b>Sabit</b>	10.47	3.05	-	3.13	0.30	67.57
<b>Kaygılı Bağlanma</b>	1.62	0.20	0.55	8.22		

Profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda kaygılı bağlanma stilinin yeme tutumlarını yordayıcı etkisini test etmek amacıyla basit regresyon analizi kullanılmıştır. Yapılan regresyon analizinin sonucuna göre, anlamlı bir regresyon modeli  $F(1,222)=28.814, p<.01$  elde edilmiştir. Kaygılı bağlanma, yeme tutumlarında meydana gelen bozulmaların %11.5’i açıklamaktadır. Kaygılı bağlanma anlamlı bir şekilde pozitif yönde yeme tutumlarını yordamaktadır ( $\beta=0.339, p<.01$ ). Kaygılı bağlanma puanı ne kadar fazla ise yeme tutumlarındaki bozulma da o kadar fazladır. Profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda kaçınan bağlanma stilinin yeme tutumlarını yordayıcı etkisini test etmek amacıyla basit regresyon analizi kullanılmıştır (Tablo 6.17). Yapılan regresyon analizinin sonuçları, anlamlı bir regresyon modeli  $F(1,222)=8.952, p<.01$  göstermektedir. Yeme tutumlarında kaçınan bağlanma tarafından açıklanmış varyans %3.9 olarak bulunmuştur. Kaçınan bağlanma anlamlı bir şekilde pozitif yönde yeme tutumlarını yordamaktadır ( $\beta=0.197, p<.01$ ). Kaçınan bağlanma ne kadar fazla ise yeme tutumlarındaki bozulma da o kadar fazladır. H11 hipotezi profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda kaygılı bağlanma için desteklenirken, kaçınan bağlanma için desteklenmemiştir.

Sosyal görünüş kaygısı değişkeninin yeme tutumlarını yordayıcı etkisini incelemek amacıyla basit regresyon analizleri yürütülmüştür (Tablo 6.17). Yapılan regresyon analizlerinin sonuçlarına göre, iki grup için de anlamlı regresyon modelleri

elde edilmiştir. Profesyonel dansçılar için  $F(1,157)=99.903$ ,  $p<.01$  ( $\beta=0.624$ ,  $p<.01$ ) yeme tutumlarındaki varyansın %39'u sosyal görünüş kaygısı tarafından açıklanmaktadır. Karşılaştırma grubu için  $F(1,222)=34.421$   $p<.01$  ( $\beta=0.366$ ,  $p<.01$ ) yeme tutumlarındaki varyansın %13'ü sosyal görünüş kaygısı ile açıklanmaktadır. Sosyal görünüş kaygısının anlamlı bir şekilde yeme tutumlarını yordadığı ve sosyal görünüş kaygısı ne kadar artarsa ise yeme tutumlarındaki bozulmanın da o kadar arttığı görülmektedir.

**Tablo 6.17** Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Yeme Tutumu Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Yeme Tutumu					
	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	$R^2$	<i>F</i>
Sabit	3.60	2.04	-	1.76	0.40	8.95
Kaçınan Bağlanma	0.40	0.13	0.20	2.99		
Sabit	0.73	1.72	-	0.43	0.12	28.81
Kaygılı Bağlanma	0.58	0.11	0.34	5.37		
Sabit	1.93	1.39	-	1.39	0.13	34.42
Sosyal Görünüş Kaygısı	0.22	0.04	0.37	5.87		

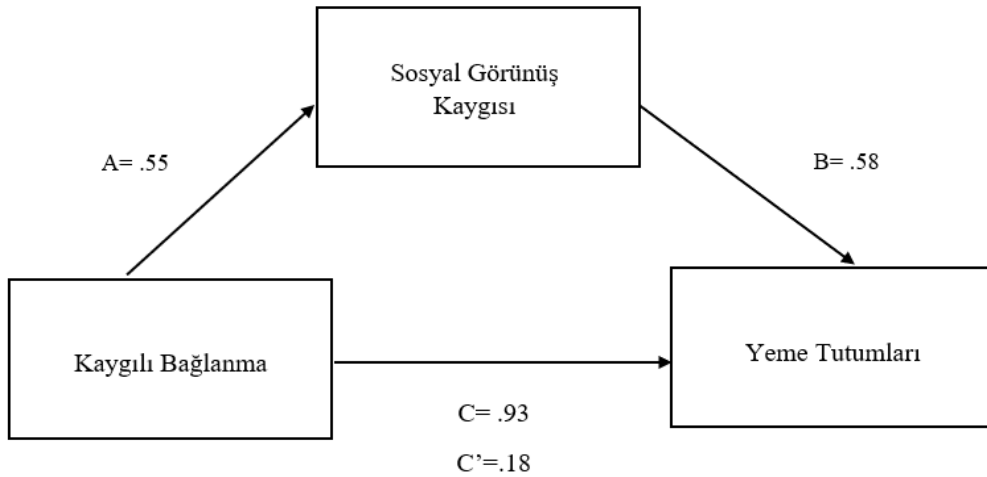
Profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda bağlanma stillerinin sosyal görünüş kaygısını yordayıcı gücünü göstermek amacıyla yürütülen regresyon analizlerine ilişkin sonuçlar Tablo 6.18'de yer almaktadır.

**Tablo 6.18** Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Yordayıcılarına Ait Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Sosyal Görünüş Kaygısı					
	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	$R^2$	<i>F</i>
Sabit	35.37	3.51	-	10.09	0.00	0.05
Kaçınan Bağlanma	-0.05	0.23	-0.02	-0.22		
Sabit	14.59	2.72	-	5.36	0.21	60.14
Kaygılı Bağlanma	1.33	0.17	0.46	7.76		

## 6.10 Profesyonel Dansçılarda Güvensiz Bağlanma Stilleri ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkide Sosyal Görünüş Kaygısının Aracı Rolünün İncelenmesi

Profesyonel dansçılarda sosyal görünüş kaygısının kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide aracı değişken rolü oynayıp oynamadığını test etmek amacıyla aracı etki analizi (mediator) yapılmıştır. Bu modelde, kaygılı bağlanma anlamlı ölçüde sosyal görünüş kaygısı ile (a yolu) ilişkili bulunmuştur ( $\beta = .55, p < .01$ ). Benzer şekilde, sosyal görünüş kaygısı değişkeninin yeme tutumları ile ilişkisinin anlamlı olduğu (b yolu) görülmüştür ( $\beta = .58, p < .01$ ). Model %95 bootstrap güven aralığında istatistiksel olarak anlamlıdır ( $\beta = .32, SE = .05, 95\% CI [.20, .43]$ ). Başka bir deyişle, H12 hipotezi desteklenmiştir. Sonuçlara göre, profesyonel dansçılarda sosyal görünüş kaygısı değişkeni kaygılı bağlanma stili ve yeme tutumları arasındaki ilişkide tam aracı rolüne sahiptir. Bu bulguya göre, kaygılı bağlanmanın yeme tutumları üzerindeki etkisi sosyal görünüş kaygısıyla açıklanabilmektedir. Şekil 6.1’de analize ilişkin model yer almaktadır.



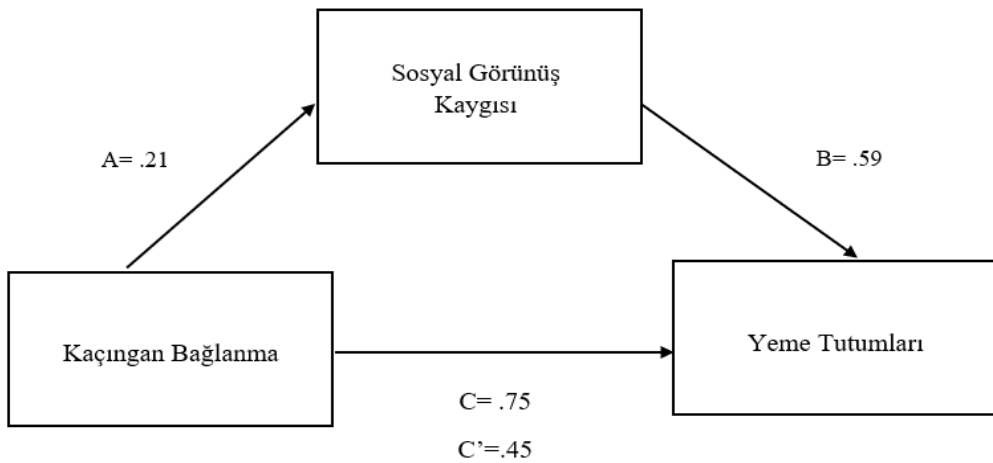
**Şekil 6.1** Profesyonel Dansçılarda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Standardize Edilmemiş Katsayıları

Kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının aracı etkisini açıklayan modele ilişkin değerler Tablo 6.19’da bulunmaktadır

**Tablo 6.19** Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Bootstrap Değerleri

Etki	Bootstrap Katsayısı	Standart Error	%95 Güven Aralığı	
			Alt Sınır	Üst Sınır
<b>Total etki</b>	0.933	0.173	0.591	1.275
<b>Doğrudan etki</b>	0.179	0.176	0.149	0.758
<b>Dolaylı etki</b>	0.754	0.157	-0.169	0.527
<b>Standardize Dolaylı Etki</b>	0.319	0.055	0.210	0.429

Sosyal görünüş kaygısının güvensiz bağlanma türlerinden kaçınan bağlanma stili ve yeme tutumlarının arasındaki ilişkide aracı rolünü incelemek amacıyla aracı etki analizi (mediator) yapılmıştır. Kaçınan bağlanma sosyal görünüş kaygısı ile (a yolu) ( $\beta = .21, p < .01$ ) ve sosyal görünüş kaygısı yeme tutumları ile (b yolu) anlamlı ölçüde ( $\beta = .59, p < .01$ ) ilişkili bulunmuştur. Modelin %95 bootstrap güven aralığında istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $\beta = .12, SE = .05, 95\% CI [.01, .22]$ ). Analiz sonuçları profesyonel dansçılarının sosyal görünüş kaygılarının kaçınan bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide kısmi aracı etkiye sahip olduğunu göstermiştir. H12 hipotezi desteklenmiştir. Bu bulguya göre, kaçınan bağlanmanın yeme tutumlarına olan etkisinde sosyal görünüş kaygısının rolü söz konusu olabilmektedir. Görselleştirilmiş model Şekil 6.2’de bulunmaktadır.



**Şekil 6.2** Profesyonel Dansçılarda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaçınan Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Standardize Edilmemiş Katsayıları

Kaçınan bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının aracı etkisini açıklayan modele ilişkin değerler Tablo 6.20’de bulunmaktadır

**Tablo 6.20** Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaçınan Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Bootstrap Değerleri

Etki	Bootstrap Katsayısı	Standart Error	%95 Güven Aralığı	
			Alt Sınır	Üst Sınır
<b>Total etki</b>	0.752	0.188	0.380	1.124
<b>Doğrudan etki</b>	0.454	0.154	0.149	0.758
<b>Dolaylı etki</b>	0.298	0.136	0.034	0.570
<b>Standardize Dolaylı Etki</b>	0.120	0.053	0.014	0.220

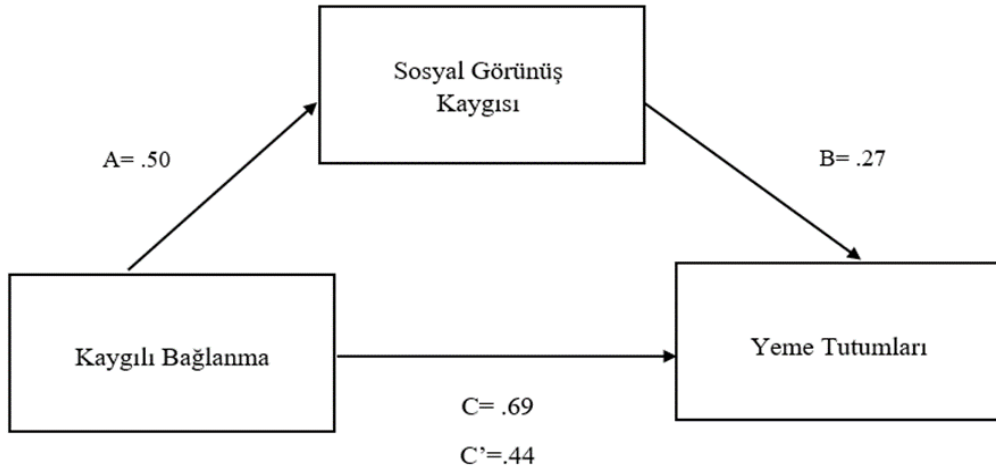
### 6.11 Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubunda Bağlanma Stilleri ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkide Sosyal Görünüş Kaygısının Aracı Rolünün İncelenmesi

Karşılaştırma grubunda sosyal görünüş kaygısının kaçınan bağlanma ile yeme tutumları arasındaki ilişkide aracı değişken rolü oynayıp oynamadığını test etmek için aracı etki (mediator) analizi yürütülmüştür. Tablo 6.21’de modele ilişkin bazı bilgiler yer almaktadır. Bu modelde, sosyal görünüş kaygısı değişkeninin yeme tutumları ile (b yolu) anlamlı düzeyde ilişkili ( $\beta = .39, p < .01$ ) olmasına karşın, kaçınan bağlanmanın sosyal görünüş kaygısı ile (a yolu) anlamlı düzeyde ilişkili olmadığı saptanmıştır ( $\beta = -.03, p = .76$ ). Model %95 bootstrap güven aralığında istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $\beta = -.03, SE = .01, 95\% CI [-.07, .05]$ ). H12 hipotezi profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda kaçınan bağlanmanın bağımsız değişken olduğu koşulda desteklenmemiştir. Sonuçlara göre; sosyal görünüş kaygısı, kaçınan bağlanma stili ve yeme tutumları arasındaki ilişkide aracı bir role sahip değildir.

**Tablo 6.21** Kaçınan Bağlanma Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Aracı Etki Bootstrap Değerleri

Etki	Bootstrap Katsayısı	Standart Error	%95 Güven Aralığı	
			Alt Sınır	Üst Sınır
<b>Total etki</b>	0.376	0.165	0.051	0.702
<b>Doğrudan etki</b>	0.400	0.151	0.101	0.699
<b>Dolaylı etki</b>	-0.023	0.065	-0.150	0.114
<b>Standardize Dolaylı Etki</b>	-0.011	0.031	-0.072	0.052

Sosyal görünüş kaygısının güvensiz bağlanma türlerinden biri olan kaygılı bağlanma stili ile yeme tutumları arasındaki ilişkide aracı rolünü karşılaştırma grubunda incelemek amacıyla aracı etki analizi (mediator) yapılmıştır. Kaygılı bağlanma sosyal görünüş kaygısı ile (a yolu) ( $\beta = .50, p < .01$ ) ve sosyal görünüş kaygısı yeme tutumları ile (b yolu) anlamlı ölçüde ( $\beta = .27, p < .01$ ) ilişkili bulunmuştur. Modelin %95 bootstrap güven aralığında istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ( $\beta = .14, SE = .06, 95\% CI [.04, .26]$ ). Analiz sonuçları sosyal görünüş kaygısının kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide kısmi aracı etkiye sahip olduğunu göstermiştir. H12 hipotezi desteklenmiştir. Şekil 6.3'te görselleştirilmiş model yer almaktadır.



**Şekil 6.3** Karşılaştırma Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Standardize Edilmemiş Katsayıları



Profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının aracı etkisini açıklayan modele ilişkin değerlere Tablo 6.22’de yer verilmiştir.

**Tablo 6.22** Karşılaştırma Grubunda Sosyal Görünüş Kaygısı Aracılığı ile Kaygılı Bağlanma ve Yeme Tutumlarının Bootstrap Değerleri

Etki	Bootstrap Katsayısı	Standart Error	%95 Güven Aralığı	
			Alt Sınır	Üst Sınır
<b>Total etki</b>	0.691	0.136	0.423	0.959
<b>Doğrudan etki</b>	0.438	0.152	0.138	0.739
<b>Dolaylı etki</b>	0.252	0.108	0.065	0.490
<b>Standardize Dolaylı Etki</b>	0.136	0.059	0.035	0.262

## BÖLÜM 7

### 7. TARTIŞMA

Bu bölümde, söz konusu analizlerden elde edilen bulguların literatürdeki bilgiler ışığında değerlendirilmesi ve tartışılması amaçlanmaktadır.

Yaşları 18 ile 79 arasında değişen toplam 383 katılımcıdan toplanan veriler ile yürütülen araştırma kapsamında profesyonel dansçı ve profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubu için yeme tutumları, sosyal görünüş kaygısı, bağlanma stilleri ve BKİ değişkenleri değerlendirilmiştir. Analizler aracılığıyla çalışmanın hipotezleri sırasıyla sınanmıştır. Araştırmada yer alan değişkenler dansçı olma koşuluna ek olarak cinsiyetlere göre de incelenmiştir. Tüm değişkenler ve değişkenlerin alt boyutları için ilişkileri açıklamak amacıyla korelasyonel analizler yapılmıştır. Bağlanma stilleri ve sosyal görünüş kaygısının yeme tutumlarını yordayıcı etkisini açıklamak için ise basit regresyon analizleri yürütülmüştür. Bağımsız örneklem t test, Pearson korelasyon, basit doğrusal regresyon ve SPSS Process Makro (Model 4) eklentisiyle aracı etki analizleri yapılmıştır.

#### **7.1 Yeme Tutumları, Bağlanma Stilleri ve Sosyal Görünüş Kaygısı Değişkenlerindeki Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Sonuçların İncelenmesi**

Katılımcıların yeme tutum testi, sosyal görünüş kaygısı ve bağlanma stilleri ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyetlere göre farklılaşp farklılaşmadığını görmek için t-test analizleri yürütülmüştür. Yeme tutum testinden alınan skorların kadınlarda anlamlı şekilde erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, kadınlarda yeme tutumlarındaki bozulmaların erkeklerden daha fazla olduğunu göstermektedir. Literatürde benzer sonuçlar ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Büyükgöze-

Kavas, 2007). Kadınlığın zayıf ve narin görünüm ile eşleştirilmesi ve bu sebeple olabileceği düşünülen kontrol altına alması güç, davranımları kesintiye uğraticı tarzda düşüncelerin kadınlarda daha sık görülüyor olması yeme tutumlarındaki cinsiyet farkları açısından açıklayıcı olabilir (Keel ve Forney, 2013; Thaiposri ve Reece, 2022). “İdeal kadın” algısının kadınlardaki yeme tutumlarının bozulmasında ciddi oranda etkili olduğu düşünülmektedir (Batur, Kabakci ve Gulol, 2003)

Sosyal görünüş kaygısı puanlarına bakıldığında, kadınların erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha fazla sosyal görünüş kaygısı deneyimlediği görülmektedir. Söz konusu bulgu literatür ile uyumluluk göstermektedir (Özkan, 2017; Trekels ve Eggermont, 2017). Sosyal kaygının kadınlarda daha yüksek olduğunun bilinmesi, sosyal kaygının bir alt kategorisi olarak sınıflandırılan sosyal görünüş kaygısının da kadınlarda daha yüksek olmasını daha anlaşılır kılmaktadır (Asher, Asnaani ve Aderka, 2017). Erken yaşlardan itibaren, güzellik algısı daha çok kadın vücuduyla eşleştirildiğinden, fiziksel görünüme verilen önem kadınların kadınların sosyal hayatının daha çok alanında göze çarpmaktadır (Karacan Doğan, 2018; Pacteau, 2005). Kadınların zamanlarının büyük bir kısmını içselleştirdikleri güzellik beklentilerini karşılamaya yönelik çabalarla harcama eğiliminde olabildiği ve bu eğilimin geçmişe kıyasla daha fazla arttığı düşünülmektedir (Karacan Doğan, 2018; Reventos, 1998).

Güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma stilleri için cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamasına karşın kaygılı bağlanma stili cinsiyetlere göre farklılık göstermektedir. Kaygılı bağlanmanın erkeklere kıyasla kadınlarda daha sık görülmesi literatür ile uyum sağlayan bir bulgudur (Brennan, Shaver ve Tobey, 1991). Güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma stili için cinsiyetlerle yapılan analizler literatürde farklılıklar göstermektedir. Güvenli bağlanma için kullanılan ölçüm aracının geçerlik güvenilirlik puanının düşük olmasının da sonuçlar üzerinde etkili olmuş olabileceği düşünülmektedir. Bazı çalışmalar güvenli ve kaçınan bağlanma için anlamlı bir cinsiyet farkı bulamazken, diğer çalışmalar kaçınan bağlanmanın erkeklerde daha sık görüldüğünü ortaya koymaktadır (Brennan, Shaver ve Tobey, 1991; Durmuşoğlu Irmak, 2017; Morsümbül, 2005).

## **7.2 Yeme Tutumlarının İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Yürütülen iki yönlü varyans analizleri sonucunda profesyonel dansçı grubunda kadınların erkeklerden daha fazla bozulmuş yeme tutumuna sahip olduğu bulunmuştur. Kadınların yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından erkeklere kıyasla daha fazla risk altında olması sebebiyle benzer bir sonuç dansçı örneklem için de beklenmiştir (Büyükgöze-Kavas, 2007). Öte yandan, profesyonel dansçı olmayan karşılaştırma grubunda benzer bir sonuca ulaşılmamıştır. Bu grupta kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Erkek ve kadınların puanlarını analiz ederken her iki gruptaki kişi sayısının denk olmaması ve kadın sayısının erkek sayısından çarpıcı şekilde yüksek olması sebebiyle literatürle uyumlu olmayan bir sonuç elde edildiği düşünülmüştür.

## **7.3 Yeme Tutumları, BKİ, Bağlanma Stilleri ve Sosyal Görünüş Kaygısı Değişkenlerinin Profesyonel Dansçılar ve Profesyonel Dansçı Olmayan Karşılaştırma Grubuna Göre İncelenmesi**

Literatürde dansçılar ile yürütülen pek çok çalışma yeme tutumlarındaki bozulmalara dikkat çekmektedir. Literatürdeki bilgiler ışığında, mevcut araştırmada profesyonel dansçı olanların ve olmayanların yeme tutumlarını karşılaştırmak amacıyla t-test analizi yapılmıştır. Sonuçlara göre, profesyonel dansçıların yeme tutumlarındaki bozulmalar karşılaştırma grubuna kıyasla anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu bulgu literatür ile uyumluluk göstermektedir (Batur, Kabakci ve Gulol, 2003; Kapsetaki ve Easmon, 2017). Vücut ağırlığının ve şeklinin sergilenen performans açısından önemli algılanması, dansçılar gibi bedenine ön plana çıktığı meslek gruplarının yeme tutumlarındaki bozukluklara zemin hazırlamaktadır (Batur, Kabakci ve Gulol, 2003). Anoreksiya nervoza tanısı için önemli tanı kriterleri arasında yer alan BKİ'nin de gruplar arasında farklılaştığı görülmüştür. Profesyonel dansçıların karşılaştırma grubuna göre anlamlı düzeyde daha düşük BKİ'ne sahip olduğu bulunmuştur. Söz konusu bulgu literatür ile tutarlılık içerisindedir (Stokić, Srdić ve Barak, 2005). Dansçıların hem kilo kontrolüne verdikleri önemin, hem de uzun süreler düzenli fiziksel aktivite içinde olmalarının bulguyu açıklayan sebepler arasında yer alabileceği düşünülmektedir.

Sosyal görünüş kaygısının gruplar arasında farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yürütülen t-test analizinin sonucunda anlamlı herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Farklı gruplar arasında sosyal görünüş kaygısını değerlendiren bir araştırmada benzer şekilde dansçılar sosyal görünüş kaygısı bakımından diğer gruplardan farklılaşmamıştır (Kosmidou, Giannitsopoulou ve Moysidou, 2017). Dans türlerinin ayrı ayrı analiz edilmemesinin anlamlı bir farklılık çıkmamasına sebep olmuş olabileceği düşünülmektedir. Örnek olarak, bale diğer dans türlerine kıyasla daha katı bir disipline sahip olduğundan daha fazla sosyal görünüş kaygısı görülmesi beklenebilir. Buna ek olarak, sosyal karşılaştırma teorisi perspektifinden ele alındığında, grupların yaş ortalamaları ve eğitim düzeyleri gibi demografik değişkenlerin birbirine oldukça yakın olması sebebiyle, bedenlerine yönelik görünüm değerlendirmeleri yaparken de benzer referans noktalarına sahip olmuş olabilecekleri düşünülmüştür.

#### **7.4 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Aralarındaki İlişkilerin İncelenmesi**

Kaygı ve yeme tutumlarının ilişkili olduğuna, kaygı bozuklukları ve yeme tutumlarının komorbidite içinde olduğuna ilişkin araştırma çıktıları literatürde yer almaktadır (Ertekin, 2019; Hudson, Hiripi, Pope ve Kessler 2007). Dolayısıyla, bir kaygı türü olan sosyal görünüş kaygısı da yeme tutumları ile ilişki bulunmaktadır (Doğan, 2010; White, 2013). Mevcut çalışma kapsamında, bu iki değişkenin ilişkisini incelemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonucu ile literatürü destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Hem karşılaştırma grubu hem profesyonel dansçı grubu için yeme tutumları sosyal görünüş kaygısı ile ilişkilidir. Her ne kadar örneklem sayısı gibi farklılar söz konusu olsa da değişkenler arasındaki ilişki profesyonel dansçı grubunda oldukça güçlüyken, karşılaştırma grubunda orta düzeydedir. Eğitimci, koreograflar ve meslektaşlardan gelen baskılar, performansa yönelik rekabet, endişe ve kontrol ihtiyacı, dansçıları vücut ağırlığı ve şekli konusunda aşırı endişelendiren ve bozulmuş yeme tutumları edinmeye karşı savunmasız hale getiren faktörler arasında görülmektedir (Kalyva, Yannakoulia, Koutsouba ve Venetsanou, 2021). Bu sebeple, dansçılarda söz konusu ilişkinin güçlü, karşılaştırma grubunda ise orta düzeyde olmasının makul bir zemine oturduğu düşünülmüştür.

Kişinin beden imgesinin oluşumu açısından önemli olduğu düşünülen bağlanma stilleri ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiler incelendiğinde, profesyonel dansçı grubunda, güvensiz bağlanma stilleri arasında yer alan kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinin sosyal görünüş kaygısı ile pozitif ve doğrusal bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Karşılaştırma grubu için yürütülen analizlerin sonucunda ise kaygılı bağlanma ve sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki gözlenmiştir. Kişilerin güvensiz bağlanma stilleri ile bedenlerine yönelik hoşnutsuzluğunu konu alan araştırmalar iki kavramın oldukça ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Koskina ve Giovazolias, 2010). Bu sebeple, bağlanma stilleri ve dış görünümün değerlendirilmesine ilişkin kaygıları temel alan sosyal görünüş kaygısının ilişkili olması araştırma hipotezleri arasında yer almıştır. Dansçı grubu için bulgular hipotezi doğrulamaktadır ve literatür ile tutarlıdır (Karadeniz ve Dilmaç, 2021; Kozan ve Hamarta, 2017). Öte yandan, karşılaştırma grubu için kaçınan bağlanma ve sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulgu literatürlerdeki bazı açıklamalar ile desteklenebilmektedir. Bazı araştırmalar güvensiz bağlanma stillerinden biri olan kaçınan bağlanma stilinin sosyal görünüş kaygısı ile ilişkili olduğunu desteklerken (Kozan ve Hamarta, 2017), bazı araştırmalar kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin olumsuz duygulanımları kendilerini başka insanlardan soyutlamak gibi deaktive edici stratejiler yardımıyla bastırabildiğinden, bedenlerine yönelik olumsuz duygulanımları da bastırabileceklerini açıklamaktadır (Arslangiray, 2013; Rugancı, 2008). Bu da var olmayan bir sosyal görünüş kaygısının değil, bastırılan ve ifade edilmeyen bir sosyal görünüş kaygısının söz konusu olabileceğini düşündürmüştür.

Profesyonel dansçı grubu için yürütülen Pearson korelasyon analizi sonucunda, hem sosyal görünüş kaygısı hem de yeme tutumlarındaki bozulmalar güvenli bağlanma ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Analiz sonucu literatür ile uyum göstermektedir (Vardal ve Batıgöl, 2017). Güvenli bağlanan yetişkinlerin kaygı düzeylerinin ve kaygıya karşı duyarlılık/hassasiyet seviyelerinin güvensiz bağlananlara kıyasla daha az olduğu literatürde yer alan bulgular arasındadır (Dilmaç, Hamarta ve Arslan, 2009; Yüksel, 2014; Watt, McWilliams ve Campbell, 2005). Buna ek olarak, güvenli bağlanma bedenden hoşnut olma ile bağlantılı olduğundan yeme tutumlarının bozulmasına ve sosyal görünüş kaygısına karşı koruyucu bir faktör olabileceği düşünülmektedir (Sandoval, 2008). Güvenli bağlanma stilini ölçümlemek amacıyla kullanılan ölçüm aracı karşılaştırma grubu örnekleminde

güvenilir bulunmadığından sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları ile ilişkileri karşılaştırma grubu için incelenememiştir.

Güvensiz bağlanma stilleri (kaçıngan ve kaygılı bağlanma) ile yeme tutumları her iki grup için de anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Literatürde yer alan bazı çalışmalar göstermiştir ki; güvensiz bağlanan bireylerin bedenlerine yönelik uğraşları fark edilir düzeyde yüksektir (Sharpe, Killen, Bryson, Shisslak, Estes, Gray, Crago ve Taylor, 1998). Ek olarak, yemek bozukluğu tanısı almış pek çok hastanın kaygılı ve kaçıngan bağlanma stillerine sahip olduğu gözlenmiştir. Erken dönem bağlanma stillerinin güvenli olmayışı, yeme bozukluğu hastalarında bulunan diğerleri tarafından dışlanma korkusunun ve destek görmeye yönelik yoğun arzunun temelinde konumlanmaktadır. Bağlanma teorisi perspektifinde, yeme tutumlarındaki bozulmaların alt yapısında güvenli bağlanma / güvenli ilişki kurulamayan ebeveynlerden ihtiyaç duyulan desteği talep etmektense, kabul edilebilir bir benlik oluşturmak için bedene yönelik uğraşlar (besin alımı kısıtlaması gibi) geliştirme olabileceği ileri sürülmektedir (Alantar ve Maner, 2008).

### **7.5 Bağlanma Stilleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumlarına İlişkin Yordayıcı Etkilerin İncelenmesi**

Bağlanma stillerinin yeme tutumlarına etkilerini incelemek amacıyla yürütülen basit regresyon analizleri sonucunda, güvensiz bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçıngan bağlanma) yeme tutumlarını hem profesyonel dansçı hem de karşılaştırma grubu için yordadığı görülmüştür. Bağlanma stillerinin yeme davranışlarını etkilediği literatürde yer alan bilgiler arasındadır (Erdoğan ve İşiten, 2021; O'Shaughnessy ve Dallos, 2009). Güvensiz bağlanmanın mükemmeliyetçilik ve duygu düzenleme güçlüğü gibi çıktılarının yeme tutumlarındaki bozulmalara yatkınlık meydana getirebildiği düşünülmektedir (Tasca, 2019). Deneyimlenen olumsuz duyguları düzenleyebilme becerisini güvenli bağlanılan bir önemli öteki eşliğinde edinemeyen bireylerin, düzenlemek ve baş etmek konusunda sıkıntı yaşadıkları görünüşe yönelik kaygılarını azaltabilmek adına işlevsel olmayan bir baş etme yöntemi olarak kısıtlayıcı yeme davranışlarına başvuruyor olmaları olasıdır. Güvenli bağlanma ölçüm aracı karşılaştırma grubu için analize dahil edilememiştir ancak profesyonel dansçı grubu için güvenli bağlanmanın yeme tutumlarını negatif yönde yordadığı görülmüştür. Literatürde yeme bozukluğu tanılı kişilerin güvenli bağlanmayanlar olduklarına ilişkin

araştırma çıktıları mevcuttur (Ringer ve Crittenden, 2007). Güvenli bağlanmanın yeme tutumlarındaki bozulmalara karşın koruyucu bir işlevi olabileceği düşünülmektedir.

Sosyal görünüş kaygısının yeme tutumlarına olan etkisini incelemek amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonuçları incelenmiştir. Yeme tutumları sosyal görünüş kaygısı tarafından her iki grup için de pozitif yönde yordanmaktadır. Bulgu literatü ile tutarlı bir sonuç ortaya koymaktadır. Literatürde sosyal görünüş kaygısı bozulan yeme tutumları açısından bir risk faktörü olarak ele alınmaktadır (Christian, Ngo, Brosos ve Levinson, 2021). Yeme bozukluğu gösteren hastalarda dış görünüşe ilişkin kaygılar arttıkça ince olmaya karşı istek ve kiloya yönelik düşüncelerin de arttığı görülmüştür (Claes, Hart, Smits, Van den Eynde, Mueller ve Mitchell, 2012). Yeme tutumlarında meydana gelen bozulmalar, hissedilen kaygıya karşı ortaya çıkan birer yanıt olarak değerlendirilebilir.

## **7.6 Sosyal Görünüş Kaygısının Aracılık Etkisine Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi**

Araştırmanın son hipotezi, güvensiz bağlanma stilleri ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının aracılık rolünü test etmek amacıyla kurulmuştur. Bu amaçla, SPSS Process Macro eklentisinden (Model 4) faydalanılmıştır. Aracı etki hipotezinin temel varsayımları kaygılı bağlanmanın sosyal görünüş kaygısını, sosyal görünüş kaygısının yeme tutumlarını ve kaygılı bağlanmanın yeme tutumlarını doğrudan ve anlamlı düzeyde yordayacağı/etkileyeceğidir. Yukarıda yer alan basit regresyon analizlerinin incelenmesi başlığında bahsedilmiş olduğu üzere, aracılık etki analizine dair varsayımların hepsi doğrulanmıştır. Söz konusu aracılık hipotezi teorik açıdan literatürde yer alan ikili etkileşimlere dayandırılmış olup, aracı etki analizleri sonucunda anlamlı bir aracı etki modeli elde edilmiştir. Kaygılı bağlanma sosyal görünüş kaygısını etkileyerek yeme tutumlarını etkilemektedir. Profesyonel dansçılarda kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısı tam aracı etkiye sahiptir. Kaygılı bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının içinde bulunduğu modele sosyal görünüş kaygısı değişkeni sokulduğunda kaygılı bağlanmanın etkisi anlamsızlaşmaktadır. Karşılaştırma grubunda aynı analiz yürütüldüğünde ise sosyal görünüş kaygısı kısmi aracı rolü üstlenmiştir. Öte yandan, bağımsız değişken kaygılı bağlanma yerine



kaçıngan bağlanma olarak değiştirildiğinde hem profesyonel dansçı grubunda hem de karşılaştırma grubunda kısmi aracı etki bulunmuştur.

Sosyal görünüş kaygısının kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide profesyonel dansçılarda tam aracı etki göstermesine karşın profesyonel dansçı olmayan grupta kısmi aracı etki gösterme sebebinin, dans ortamındaki katı incelik beklentisiyle ilintili olabileceği düşünülen sosyal görünüş kaygısının yeme tutumlarındaki bozulmaya profesyonel dansçılarda dansçı olmayan popülasyona kıyasla daha fazla etki etmesi olabileceği düşünülmektedir. Buna ek olarak, kaygılı bağlanma ve yeme tutumları arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının profesyonel dansçılarda kısmi aracı etkiye sahipken dansçı olmayan grupta aracı etkiye sahip olmaması da benzer bir şekilde açıklanabilir. Kaygılı bağlanma ve kaçıngan bağlanmanın aracı etki modelleri arasında yarattığı fark, kaçıngan bağlanmaya sahip bireylerin duyguları bastırma gibi deaktive edici stratejilere kaygılı bağlananlara kıyasla daha sık başvurmasının ve bu sebeple sosyal görünüş kaygısını daha az deneyimlemesinin olabileceği düşünülmektedir (Arslangiray, 2013; Rugancı, 2008).

Bahsedilen analiz sonuçlarına bakıldığında, güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçıngan bağlanma) ile yeme tutumlarının arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısı aracı rolü üstlenmektedir. Güvensiz bağlanma sosyal görünüş kaygısını etkileyerek yeme tutumlarını yordamaktadır. Literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde bu değişkenlerin aracı etki modeli ile ele alındığı ve profesyonel dansçı grubunda değişkenlerin incelendiği araştırmalara rastlanmadığından araştırma literatüre bu model ile katkı sunmayı amaçlamıştır.

## **7.7 Sonuç ve Öneriler**

Araştırma çıktıları göz önüne alındığında, profesyonel dansçıların bozulan yeme tutumları açısından genel popülasyona kıyasla daha fazla risk altında olduğu görülmektedir. Bağlanma stilleri erken dönem etkileşimlerden itibaren duygusal bağ kurduğumuz ötekilerle ilişkilerimize göre kendimize ve diğerlerine ilişkin varsayımlarımızı şekillendirdiğinden, kendi görünümümüze ve diğerlerinin bizi görünümümüzle ilgili nasıl değerlendirdiğine yönelik kaygılarımız üzerinde etkili olabilmektedir. Bu kaygılarla baş etmenin bir yolu olarak yeme tutumlarındaki bozulmalar karşımıza çıkabilmektedir. Güvenli bağlanmak olumlu bir kendilik algısı sağlayabildiğinden sosyal görünüş kaygısı deneyimlemek açısından koruyucu etkiye

sahiptir. Benzer şekilde, güvensiz bağlanma olumsuz bir benlik algısına katkı sağlarken sosyal görünüş kaygısına yatkınlık meydana gelmesine sebep olabilmektedir. Değişkenler arası ilişkiler incelendiğinde, güvenli bağlanmanın yeme tutumları ve sosyal görünüş kaygısı için koruyucu bir faktör olması ve güvensiz bağlanma stillerinin de risk faktörü olarak görülmesi, yeme tutumlarındaki bozulmaların etiyojilerini anlamak ve iyileştirici, koruyucu müdahalelere teorik alt yapı sunmak açısından önem taşımaktadır. Koruyucu çalışmalar açısından risk grubunda yer alan profesyonel dansçılarla değişkenlerin incelenmesi ve aracı etki modelinin test edilmiş olması literatüre katkı sağlanan diğer önemli noktalar olarak görülmektedir. Hem dansçılar hem de karşılaştırma grubunda sosyal görünüş kaygısının yeme tutumları ile güvensiz bağlanma arasındaki ilişkide aracı rolü üstlenişi bağlanma stillerinin sosyal görünüş kaygısını etkileyerek yeme tutumlarının bozulmalarını belirleyebildiğini göstermektedir.

Klinik uygulamalarda profesyonel dansçılar için yeme bozuklukları riskinin veya yeme tutumlarında meydana gelebilecek bozulmaların klinisyenler tarafından göz önünde bulundurulması oldukça önemli görünmektedir. Sağaltım çalışmalarında yeme tutumlarına bağlanma stilleri ve sosyal görünüş kaygısının etkilerinin de incelenmesinin katkı sağlayabileceği düşünülmüştür.

Benzer şekilde, yeme tutumlarında görülen bozulmalar profesyonel dansçı olmayan bireylerde de güvensiz bağlanma stilleri ve görünümüne yönelik kaygılardan etkilendiğinden, normal popülasyondaki klinik çalışmalarda da yer almalarının yararlı olabileceği düşünülmüştür. Cinsiyet farkları değerlendirildiğinde, literatür ile tutarlı olarak, kadınların sosyal görünüş kaygısı ve kaygılı bağlanma puanlarının grup ortalaması erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Kadın profesyonel dansçıların erkek profesyonel dansçılara ve profesyonel dansçı olmayan katılımcılara kıyasla yeme bozuklukları açısından daha fazla risk altında olduğu görülmektedir. Bu bilgilerin klinik uygulamalara destek sağlaması amaçlanmıştır.

Geçerlik güvenirlik analizlerinde karşılaştırma grubu için .60 altında kalan Cronbach Alfa değeri sebebiyle güvenli bağlanma stili ölçüm aracı analizlere dahil edilmemiştir. Benzer bir sorun profesyonel dansçı grubunda söz konusu olmadığı için yalnızca dansçı grubunda analizler yürütülmüştür. Bu sebeple, benzer bir çalışma güvenli bağlanma için daha güvenilir bir ölçüm aracıyla tekrarlanarak araştırmanın bu noktadaki açığı kapatılabilecektir. Daha kalabalık bir örneklem ve ayrı dans türleri için ayrı yapılan hipotez testleri ile risk grubuna ilişkin daha detaylı bilgiler literatüre

sunulabilecektir. Gelecek araştırmalarda başka risk gruplarında hipotezlerin test edilmesi koruyucu çalışmalara ışık tutulmasına katkı sağlayacaktır. Kaçıngan bağlanmanın sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından daha fazla araştırmada ele alınması literatürde yer alan belirsizliği azaltmak adına yararlı olacaktır.

Profesyonel dansçıların erken yaşlardan itibaren yoğun eğitim süreçlerinden geçmesi sebebiyle, daha erken yaşlardan başlayan boylamsal araştırmaların nedensellik açısından alana daha fazla bilgi sunabileceği düşünülmektedir. Buna ek olarak, literatürde hobi olarak dans etmenin psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğuna yönelik araştırma ıktıları bulunduğundan, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları değişkenlerinin hobi olarak dans eden ve profesyonel olarak dans eden bireylerde karşılaştırılmalı olarak incelenmesi daha geniş bir bakış açısı sağlayabilecektir.

## KAYNAKÇA

- Abraham, S. (1996). Characteristics of eating disorders among young ballet dancers. *Psychopathology*, 29 (4), 223-229.
- Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41, 49-67.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Aktaş, E. (2020). *Ergenlerin ebeveyne bağlanma stilleri ile sosyal görünüş kaygısı ve sosyal dışlanma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Alantar, Z., & Maner, F. (2008). Bağlanma kuramı açısından yeme bozuklukları. *Psychiatry*, 9, 97-104.
- Alpaslan, A. H., Koçak, U., Avcı, K., & Taş, H. U. (2015). The association between internet addiction and disordered eating attitudes among Turkish high school students. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 20 (4), 441-448.
- American Dietetic Association. (2006). Position of the American Dietetic Association: Nutrition intervention in the treatment of anorexia nervosa, bulimia nervosa, and other eating disorders. *Journal of the American Dietetic Association*, 106 (12), 2073-2082.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2005). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*, (DSM-4) (Çev. ed.: E Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, (2013). *mental bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı*, Beşinci Baskı (DSM-5) (Çev. ed.: E Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Annus, A., & Smith, G. T. (2009). Learning experiences in dance class predict adult eating disturbance. *European Eating Disorders Review*, 17 (1), 50-60.

- Arcelus, J., Witcomb, G. L., & Mitchell, A. (2014). Prevalence of eating disorders amongst dancers: a systemic review and meta-analysis. *European Eating Disorders Review*, 22 (2), 92-101.
- Arkonaç, S. A. (2008). *Sosyal psikolojide insanları anlamak: Deneysel ve eleştirel yaklaşımlar*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Arslangiray, N. (2013). *Üniversite öğrencilerinde beden imajının yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri*. (Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Attached, E., Fernandez, M., & Mackesy, G. (2021). *Mental Health Workbook: 6 Books in 1: The attachment theory, abandonment anxiety, depression in relationships, addiction, complex PTSD, trauma, CBT therapy, EMDR and somatic psychotherapy*. Amazon Digital Services.
- Asher, M., Asnaani, A., & Aderka, I. M. (2017). Gender differences in social anxiety disorder: A review. *Clinical psychology review*, 56, 1-12.
- Aydın, C. (2010). *Yeme tutumu ortorektik belirtiler ve ana-babaya bağlanma Arasındaki İlişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Aytin, N. (2014). *Ergenlerde yeme tutumları ile sorun çözme eğilimleri ve ebeveyne bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Ayyıldız, F., Ülker, İ., & Yıldırım, H. (2021). Hedonik Açlık ve Yeme Davranışı İlişkinin Farklı Beden Kütlelerine Yansıması. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 49 (2), 9-17
- Azbazdar, C. (2022). *Farklı Branşlardaki Dansçıların Beslenme Durumu ve Kullanılabilir Enerji Düzeyinin Belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bai, J., ve Ng, S. (2005). Tests for skewness, kurtosis, and normality for time series data. *Journal of Business & Economic Statistics*, 23 (1), 49-60.
- Barone, L., & Guiducci, V. (2009). Mental representations of attachment in eating disorders: A pilot study using the Adult Attachment Interview. *Attachment & Human Development*, 11(4), 405-417.
- Bartholomew, K. (1990), Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Batur, S., Kabakci, E., & Gulol, C. (2003). Maladaptive eating attitudes of elite and amateur Turkish dancers: Are they at risk?. *Eating and Weight Disorders- Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 8 (4), 263-267.

- Bläsing, B., Puttke, M., & Schack, T. (2010). *The neurocognition of dance*. Mind, Movement and Motor Skills.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-371.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment. Attachment and Loss: Vol. I. Loss*. New York: NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation, anxiety, and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed)*. New York, NY: Basic Books. (Original ed. 1969).
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical Application of Attachment Theory*. London: Pimlico.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8 (4), 451-466.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28 (5), 759-775.
- Brosof, L. C., & Levinson, C. A. (2017). Social appearance anxiety and dietary restraint as mediators between perfectionism and binge eating: A six month three wave longitudinal study. *Appetite*, 108, 335-342.
- Bruch, H. (1973). *Eating disorders: Obesity, anorexia nervosa and the person within*. New York: Basic Books.
- Büyükgoze-Kavas, A. (2007). Eating attitudes and depression in a Turkish sample. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 15 (4), 305-310.
- Callam, R., & Waller, G. (1998). Are eating and psychological characteristics in early teenage years predictors of eating characteristics in early adulthood. *International Journal of Eating Disorders*, 24 (1), 351-362.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: Development of the body image quality of life inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31 (4), 455-460.
- Cash, T. F., Theriault, J., & Annis, N. M. (2004). Body image in an interpersonal context: adult attachment, fear of intimacy and social anxiety. *Journal of social and clinical psychology*, 23 (1), 89-103.
- Claes, L., Hart, T. A., Smits, D., Van den Eynde, F., Mueller, A., & Mitchell, J. E. (2012). Validation of the social appearance anxiety scale in female eating disorder patients. *European Eating Disorders Review*, 20 (5), 406-409.

- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (4), 644–663.
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Waters, E. (2002). Secure base behavior in adulthood: measurement, links to adult attachment representations, and relations to couples' communication skills and self-reports. *Developmental Psychology*, 38, 679-693.
- Culnane, C., & Deutsch, D. (1998). Dancer disordered eating: comparison of disordered eating behavior and nutritional status among female dancers. *Journal of Dance Medicine & Science*, 2 (3), 95-100.
- Cüceloğlu, D. (2016). *İnsan ve davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çelebi, E. N. (2021). *Güvenli Bağlanma ve Evli Bireylerde Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki*. (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Cevizci, P. (2021). *Beliren yetişkinlik döneminde yeme tutumları, algılanan ebeveyn reddi, duygu düzenleme güçlüğü ve beden kitle indeksinin depresyon belirtileri üzerindeki yordayıcı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Costa, C. B. D., & Mosmann, C. P. (2020). Aspects of the marital relationship that characterize secure and insecure attachment in men and women. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37.
- Çelik, H., Kocabıyık, O. O. (2014). Genç yetişkinlerin saldırganlık ifade biçimlerinin cinsiyet ve bilişsel duygu düzenleme tarzları bağlamında incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4 (1), 139-155.
- Çomak, O. (2008). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beslenme davranışları ve biyokimyasal özellikleri ile akademik performanslarının ilişkilendirilmesi (Çavdır İlçesi Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Kafkas Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü. Kars.
- Christian, C. B., Ngo, B. K., Brosf, L. C., & Levinson, C. A. (2021). Social appearance anxiety moderates the relationship between thin-ideal internalization and eating disorder symptoms cross-sectionally and prospectively in adolescent girls. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26 (6), 2065-2070.
- Deveci, E., Doksat, N. G., Yektaş, Ç., & Doksat, K. (2016). Üniversite öğrencisi kızların yeme tutumlarının duygudurum bozukluğu ile ilişkisi. *Anatolian Clinic*, 21 (2), 129-134.
- Dilmaç, B., Hamarta, E., & Arslan, C. (2009). Analyzing the trait anxiety and locus of control of undergraduates in terms of attachment styles. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 9 (1), 143-159.

- Dilmaç, B., & Karadeniz, K. N. (2021). The precursor relationship between married individuals' values, attachment and appearance anxiety. *Research on Education and Psychology, 6* (1), 1-16.
- Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 39* (39), 151-159.
- Du Plessis, K., & Clarke, D. (2008). Couples' helpful, unhelpful, and ideal conflict resolution strategies: Secure and insecure attachment differences and similarities. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships, 2* (1), 65-88.
- Duesterhaus, M. (2005). *When life really is a stage: A test of objectification theory using dancers and non-dancers*. University of Central Florida.
- Durmuşoğlu Irmak, B. (2017). *Yüksek kaygı ve depresyon düzeyinin evlilik yaşamı ile ilişkisinin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dünya Sağlık Örgütü [World Health Organization]. (2010). *Body mass index- BMI*.
- Erbay, L. G., & Seçkin, Y. (2016). Yeme bozuklukları. *Güncel gastroenteroloji, 20* (4), 473-477.
- Erdoğan, H. B., & İşiten, H. (2021). Bozulmuş yeme örüntülerinde bağlanmanın yordayıcı etkisi: Ergenler üzerine bir çalışma. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, 5* (10), 57-80.
- Ermiş, E., Imamoglu, G. (2019). The effects of sport education and fine arts education on social appearance anxiety. *Journal of Education and Training Studies*.
- Ertekin, H. (2019). Investigation of the relationship between eating attitude and body composition of patients with anxiety disorders. *Family Practice and Palliative Care, 4* (3), 115-119.
- Erzen, E. (2016). Üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17* (3), 01-21.
- Farber, B. A., Lippert, R. A., & Nevas, D. B. (1995). The therapist as attachment figure. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 32* (2), 204-212. doi:10.1037/0033-3204.32.2.204.
- Gellman, M. D. (Ed.). (2020). *Encyclopedia of behavioral medicine*. Cham: Springer International Publishing.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update (10a ed.)* Boston: Pearson.
- Gillath, O., Selcuk, E., & Shaver, P. R. (2008). Moving toward a secure attachment style: Can repeated security priming help? *Social and Personality Psychology Compass, 2* (4), 1651–1666.



- Göncüoğlu, İ. (2021). *Yeme tutumu ile bağlanma stili, aleksitimi ve obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). FMV Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and” dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26 (1).
- Guerdjikova, A. I., Mori, N., Casuto, L. S., & McElroy, S. L. (2017). Binge eating disorder. *Psychiatric Clinics*, 40 (2), 255-266.
- Haase, A. M., & Prapavessis, H. (1998). Social physique anxiety and eating attitudes: Moderating effects of body mass and gender. *Psychology, Health & Medicine*, 3 (2), 201-210.
- Hamilton, L. H., Brooks-Gunn, J., & Warren, M. P. (1985). Sociocultural influences on eating disorders in professional female ballet dancers. *International Journal of Eating Disorders*, 4 (4), 465-477.
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C., & Heimberg, R. G. (2008). Development and examination of the social appearance anxiety Scale. *Assessment*, 15 (1), 48-59.
- Hart, A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). Tie measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and exercise Psychology*, 11 (1), 94-104.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis second edition: A regression-based approach*. New York, NY: Ebook The Guilford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5 (1), 1-22
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Deeper into attachment theory. *Psychological Inquiry*, 5 (1), 68-79.
- Helvalı, E. E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumu arasındaki ilişkide yakın İlişkilerin, vücut algısının ve benlik saygısının aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hilbert, A., Pike, K. M., Goldschmidt, A. B., Wilfley, D. E., Fairburn, C. G., Dohm, F. A., Walsh, T., & Weissman, R. S. (2014). Risk factors across the eating disorders. *Psychiatry research*, 220 (1-2), 500-506.
- Hortaçsu, N. (2003). *Çocuklukta ilişkiler*. Ankara: İmge Kitabevi.

- 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.
- Kalaycı, Ş. (2010). Spss uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri. 5. Baskı. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kalyva, S., Yannakoulia, M., Koutsouba, M., & Venetsanou, F. (2021). Disturbed eating attitudes, social physique anxiety, and perceived pressure for thin body in professional dancers. *Research in Dance Education*, 1-12.
- Kapsetaki, M. E., & Easmon, C. (2017). Eating disorders in non-dance performing artists: A systematic literature review. *Medical Problems of Performing Artists*, 32 (4), 227-234.
- Karacan Doğan, P. (2018). Examining the relation between the fear of negative evaluation and the anxiety for social appearance in folk dancers. *Journal of Education and Training Studies*, 6 (3).
- Karaduman, M. (2017). *Bağlanma stilinin yeme davranışı ve beden imajı ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Karpati, F. J., Giacosa, C., Foster, N. E., Penhune, V. B., & Hyde, K. L. (2015). Dance and the brain: a review. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1337(1), 140-146.
- Keel, P. K., & Forney, K. J. (2013). Psychosocial risk factors for eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 46 (5), 433-439.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*, 3 (2), 321-342.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6 (1), 47-48.
- Koskina, N. & Giovazolias, T. (2010). The effect of attachment insecurity in the development of eating disturbances across gender: The role of body dissatisfaction. *The Journal of Psychology*, 144 (5), 449-471.
- Koskina, A., Van den Eynde, F., Meisel, S., Campbell, I. C., & Schmidt, U. (2011). Social appearance anxiety and bulimia nervosa. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 16 (2), 142-145.
- Kosmidou, E., Giannitsopoulou, E., & Moysidou, D. (2017). Social Physique Anxiety and pressure to be thin in adolescent ballet dancers, rhythmic gymnastics and swimming athletes. *Research in Dance Education*, 18 (1), 23-33.
- Kozan, H. İ. Ö., & Hamarta, E. (2017). Beliren yetişkinlikte beden imgesi: Bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7 (48), 63-81.

- Kring, A. M., Johnson, S. L., Davison, G., & Neale, J. (2019). *Anormal psikolojisi*. M. Şahin(çev.), Nobel Akademi, Ankara.
- Lasagabaster, D. (2008). Attitude. *Volume 1* 399-405. De Gruyter Mouton.
- Latzer, Y., Hochdorf, Z., Bachar, E., & Canetti, L. (2002). Attachment style and family functioning as discriminating factors in eating disorders. *Contemporary Family Therapy*, 24 (4), 581-599.
- Levinson, C. A., & Rodebaugh, T. L. (2012). Social anxiety and eating disorder comorbidity: The role of negative social evaluation fears. *Eating behaviors*, 13 (1), 27-35.
- Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., & Bernecker, S. L. (2011). Attachment style. *Journal of Clinical Psychology*, 67 (2), 193-203.
- Malik, S., Wells, A., & Wittkowski, A. (2015). Emotion regulation as a mediator in the relationship between attachment and depressive symptomatology: A systematic review. *Journal of affective disorders*, 172, 428-444.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry*, 11 (1), 11–15.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. (2nd ed.). New York: *Guilford Press*.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Horesh, N. (2006). Attachment bases of emotion regulation and posttraumatic adjustment. In D. K. Synder, J. Simpson & N. Hughes (Eds.), 77-99. Washington, DC, US: *American Psychological Association*.
- Morison, M. A. (2021). *Adult attachment and posttraumatic stress symptoms: Longitudinal analysis and the role of coping self-efficacy* (master thesis). George Mason University, Fairfax.
- Morsümbül, Ü. (2005). *Ergenlikte kimlik statülerinin bağlanma stilleri, cinsiyet ve eğitim düzeyi açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Nalçakan, M. (2011). Dansçı sağlığı-dans hekimliği. *Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Dergisi*, 1, 75-81.
- Nerini A. Media influence and body dissatisfaction in preadolescent ballet dancers and non-physically active girls. *Psychol Sport Exerc.* 2015; 20, 76–83.
- Noe, S. L. (2001). *Attachment Relationships and Eating Disorders: Are there differences in the attachment patterns of woman with eating disorders?* (Doctoral Thesis). Massachusetts School of Professional Psychology.

- Nordin-Bates, S. M., Walker, I. J., & Redding, E. (2011). Correlates of disordered eating attitudes among male and female young talented dancers: Findings from the UK centres for advanced training. *Eating Disorders*, 19 (3), 211-233.
- O'Brien, K. S., Caputi, P., Minto, R., Peoples, G., Hooper, C., Kell, S. ve Sawley, E. (2009). Upward and downward physical appearance comparisons: Development of scales and examination of predictive qualities. *Body Image*, 6, 201–206.
- Olivardia, R., Pope, H. G., Mangweth, B., & Hudson, J. I. (1995). Eating disorders in college men. *The American Journal of Psychiatry*, 152 (9), 1279–1285.
- Oliver, W. (2008). Body image in the dance class. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 79 (5), 18–41.
- O'Shaughnessy, R., & Dallos, R. (2009). Attachment research and eating disorders: A review of the literature. *Clinical child psychology and psychiatry*, 14 (4), 559-574.
- Özkan, Y. (2017) *Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ile duygusal yeme arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi)*. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Pacteau, F., & Erol, B. (2005). *Güzellik semptomu*. Ayrıntı Yayınları.
- Pekdağ, F. & Coşkun, F. (2010). Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 1 (2), 17-24.
- Penniment, K. J., Egan, S. J. (2012). Perfectionism and learning experiences in dance class as risk factors for eating disorders in dancers. *Eur. Eat. Disorders Rev.*, 20 (1) 13-22.
- Preti, A., Usai, A., Miotto, P., Petretto, D. R., & Masala, C. (2008). Eating disorders among professional fashion models. *Psychiatry Research*, 159 (1-2), 86-94.
- Reel, J. J., SooHoo, S., Jamieson, K. M., & Gill, D. L. (2005). Femininity to the extreme: Body image concerns among college female dancers. *Women in Sport & Physical Activity Journal*, 14 (1), 39.
- Reventos, M. D. M. (1998). Decoding cosmetics and fashion advertisements in contemporary women's magazines. *Cuadernos de filologia Inglesa*, 7 (1).
- Ringer, F., & Crittenden, P. M. (2007). Eating disorders and attachment: The effects of hidden family processes on eating disorders. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 15 (2), 119-130.
- Rothbard, J. C., & Shaver, P. R. (1994). Continuity of attachment across the life-span. In M. B. Sperling & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*. New York.

- Rugancı, R. N. (2008). *The relationship among attachment style, affect regulation, psychological distress and mental construct of the relational world* (Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Sandoval, E. L. (2008). *Secure attachment, self-esteem and optimism as predictors of positive body image in women* (Doctoral Thesis). Texas A&M University, Texas.
- Sharpe, T. M., Killen, J. D., Bryson, S. W., Shisslak, C. M., Estes, L. S., Gray, N., Crago, M., & Taylor, C. B. (1998). Attachment style and weight concerns in preadolescent and adolescent girls. *International journal of eating disorders*, 23 (1), 39-44.
- Sheinbaum, T., Kwapli, T. R., Ballestri, S., Mitjavila, M., Chun, C. A., Silvia, P. J., & Barrantes Vidal, N. (2015). Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-10.
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2002). A test of objectification theory in adolescent girls. *Sex Roles*, 46 (9), 343-349.
- Soysaltürk, D. (2020). *Kadınlarda kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantılarla ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Stark, A., & Newton, M. (2014). A dancer's well-being: The influence of the social psychological climate during adolescence. *Psychology of Sport and Exercise*, 15 (4), 356-363.
- Stice, E., & Fairburn, C. G. (2003). Dietary and dietary-depressive subtypes of bulimia nervosa show differential symptom presentation, social impairment, comorbidity, and course of illness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71 (6), 1090.
- Stice, E., & Shaw, H. (2004). Eating disorder prevention programs: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 130 (2), 206-227.
- Stokić, E., Srdić, B., & Barak, O. (2005). Body mass index, body fat mass and the occurrence of amenorrhea in ballet dancers. *Gynecological endocrinology*, 20 (4), 195-199.
- Striegel-Moore, R. H., & Franko, D. L. (2003). Epidemiology of binge eating disorder. *International Journal of Eating Disorders*, 34 (S1), S19-S29.
- Takos, D. A. (2006). *Starved to be a dancer: Six case studies of anorexia nervosa* (Doctoral Thesis) Alliant International University.
- Tao, Z., & Sun, Y. (2015). Eating attitudes, weight control behaviors and risk factors for eating disorders among Chinese female dance students. *The European Journal of Psychiatry*, 29 (4), 249-258.

- Tasca, G. A., Szadkowski, L., Illing, V., Trinneer, A., Grenon, R., Demidenko, N., Kyranski, V., Balfour, L., & Bissada, H. (2009). Adult attachment, depression, and eating disorder symptoms: The mediating role of affect regulation strategies. *Personality and individual differences, 47* (6), 662-667.
- Tasca, G. A. (2019). Attachment and eating disorders: a research update. *Current Opinion in Psychology, 25*, 59–64.
- Tasca, G. A., & Balfour, L. (2014). Attachment and eating disorders: A review of current research. *International Journal of Eating Disorders, 47* (7), 710-717.
- Terzi, S. (2014). Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmalarına yol açan olaylar: Nitel bir çalışma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 12* (2), 99-108.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2001). A test of objectification theory in former dancers and non-dancers. *Psychology of Women Quarterly, 25* (1), 57-64.
- Thaiposri, N., & Reece, J. (2022). Gender differences in eating disorder-related intrusive thoughts. *Eating Disorders, 30* (1), 1-25.
- Toker, D. E., & Hocaoglu, Ç. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam, 22* (1-4), 36-42.
- Treasure, J., Cardi, V., & Kan, C. (2011). Eating in eating disorders. *European Eating Disorders Review, 20* (1), e42–e49.
- Trekels, J., & Eggermont, S. (2017). Beauty is good: The appearance culture, the internalization of appearance ideals, and dysfunctional appearance beliefs among tweens. *Human Communication Research, 43* (2), 173-192.
- Tunç, P. (2020). Çocukluk çağı travması ile bozulmuş yeme tutumları ilişkisinde ebeveyn bağlanmanın düzenleyici rolünün incelenmesi. *Turk J Child Adolesc Ment Health, 27* (2), 75-84.
- Turan, N. (2009). *The contribution of rumination, internal working models of attachment, and help seeking attitudes on psychological symptoms of university students* (master thesis). Middle East Technical University, Ankara.
- Turel, T., Jameson, M., Gitimu, P., Rowlands, Z., Mincher, J., & Pohle-Krauz, R. (2018). Disordered eating: Influence of body image, sociocultural attitudes, appearance anxiety and depression-a focus on college males and a gender comparison. *Cogent Psychology, 5* (1), 1483062.
- Tüzün, O., & Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam, 19* (1), 24-39.
- Vardal, E. (2015). *Yeme tutumu: Bağlanma stilleri ve Gestalt temas biçimleri açısından bir değerlendirme* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Vardal, E., & Batıgün, A. D. (2017). Bağlanma stilleri ve yeme tutumu arasındaki ilişkide gestalt temas biçimlerinin aracı rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 20 (39), 14-23.
- Vatansever, Z. (2017). *Erişkin bağlanma biçimlerinin doğum sonrası depresyon ve anksiyete üzerindeki etkisi ve sosyal desteğin bu ilişkideki moderatör rolü* (yüksek lisans tezi). FMV Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yuceant, M., & Unlu, H. (2017). The analysis of social appearance anxiety levels of physical education teacher candidates in terms of different variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19, 102-108.
- Yöş, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile depresyon ve kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yurtören, D. D. (2021). *Öz Şefkat, yeme tutumu, sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel görünüme dayalı sosyal karşılaştırma ile vücut algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yücel, B. (2009). Estetik bir kaygıdan hastalığa uzanan yol: Yeme bozuklukları. *İlk Söz*, 22 (4), 39-45.
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Walker, I. J., & Nordin-Bates, S. M. (2010). Performance anxiety experiences of professional ballet dancers the importance of control. *Journal of Dance Medicine & Science*, 14 (4), 133-145.
- Watt, M. C., McWilliams, L. A., & Campbell, A. G. (2005). Relations between anxiety sensitivity and attachment style dimensions. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27 (3), 191-200
- Weir, C. B., & Jan, A. (2019). *BMI classification percentile and cut off points. Study Guide from StatPearls Publishing*, Treasure Island (FL).
- White, E. K. (2013). *The role of social physique anxiety and social appearance anxiety in the body checking behaviors of male and female college students* (Master Thesis). University of Nevada, Las Vegas.
- Wichstrom, L. (2000). Psychological and behavioral factors unproductive of disordered eating: A prospective study of the general adolescent population in Norway. *International Journal of Eating Disorders*, 28 (1), 33-42.

## **EKLER**

### **EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Değerli katılımcı,

Bu tez çalışması, Dr. Öğr. Üyesi Selin Karaköse danışmanlığında FMV Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisi İlayda Çelik tarafından yürütülmektedir. Çalışmanın dansçılarda bağlanma stilleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Verilen cevaplar yalnızca araştırma amacıyla kullanılacak olup katılımcıların kimlik bilgileri gizli tutulacaktır. Tüm cevaplar isimsiz olarak saklanacak ve toplanan veriler araştırma dışında hiçbir amaçla kullanılmayacaktır. Araştırmada birbirinden farklı psikolojik ölçeklere yer verilmiştir. Her bir ölçek için başlarındaki yönergeleri dikkatlice okuyarak doğru ve samimi cevaplar vermeniz, hiçbir soruyu yanıtsız bırakmamanız araştırmanın doğru sonuçlar vermesi açısından oldukça büyük önem taşımaktadır. Çalışmamız, katılımcıların fiziksel veya psikolojik sağlığı açısından hiçbir risk bulundurmamaktadır. Ancak, katılımcılar çalışma dolayısıyla kendilerini rahatsız hissetmeleri durumunda herhangi bir gerekçe göstermeden çalışmadan ayrılma hakkına sahiptir. Anketlerdeki soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Katılımcıların anketi doldurması ortalama 15 dakika sürecektir. Araştırmaya ilişkin sorularınız için İlayda Çelik ile iletişime geçmekten çekinmeyiniz.

Araştırmaya sağladığınız katılım ve destek için teşekkür ederiz.

Araştırmaya Katılım Onamı: Çalışmaya katılmadan önce yukarıda verilen bilgileri okudum ve anladım. İstedğim zaman çalışmayı yarım bırakarak ayrılabileceğimi



bilerek, gönüllü olarak araştırmaya katılmayı ve verdiğim bilgilerin bilimsel araştırmalarda kullanılmasını kabul ediyorum.

## EK B DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1) Lütfen aşağıdaki seçenekler arasından sizi en iyi tanımlayanı işaretleyiniz.(Lütfen lisanslı dansçı, yarışmacı, gösteri/performans dansçısı, dans bölümü konservatuar öğrencisi/mezunu, dans eğitmeni iseniz “Profesyonel dansçayım” cümlesini içeren seçenekler arasından size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.):

Dans etmiyorum ( )

Profesyonel dansçı değilim ancak hobi olarak dans ile ilgileniyorum ( )

Profesyonel dansçayım ancak danstan gelir sağlamıyorum ( )

Profesyonel dansçayım ve danstan yarı zamanlı gelir sağlıyorum ( )

Profesyonel dansçayım ve danstan tam zamanlı gelir sağlıyorum ( )

2) Haftada ortalama kaç gün dans ediyorsunuz?

3) Lütfen ilgilendiğiniz dans türünü seçiniz:

Sosyal Latin ( ) Sportif Latin ( ) Modern Dans ( ) Bale ( ) Hip hop ( ) Oryantal ( ) Jazz

( ) Halk Dansları ( ) Diğer ( )

4) Haftada ortalama olarak kaç saat dans ediyorsunuz?

5) Kaç yıldır dans ediyorsunuz?

6) Dans gösterileri/yarışmaları/performansları öncesinde kilo vermek için diyet yapar mısınız?

Evet ( ) Hayır ( )

7) Cinsiyet kimliğiniz:

Kadın ( ) Erkek ( ) Diğer ( )

8) Yaşınız:

9) Lütfen en son tamamladığınız eğitim derecesini işaretleyiniz:

İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Yüksek Okul ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

10) Boyunuz (cm cinsinden yazınız):

11) Kilonuz:

- 12) En yüksek kilonuz (Hamilelik hariç):
- 13) Yetişkinlikteki en düşük kilonuz:
- 14) İdeal kilonuz:
- 15) Çalışıyor musunuz?
- 16) Bireysel gelir düzeyinizi nasıl değerlendiriyorsunuz? (Lütfen eğer çalışmıyorsanız ailenizin gelir düzeyini nasıl değerlendirdiğinizi seçiniz.):  
Düşük ( ) Düşük-orta ( ) Orta ( ) Orta-yüksek ( ) Yüksek ( )
- 17) Mesleğiniz:
- 18) Aşağıda verilen ifadelerden hangisi sizin için uygundur?  
İlişkisi yok ( ) İlişkisi var ( ) Sözlü/Nişanlı ( ) Evli ( )
- 19) Daha önce herhangi bir psikiyatrik tanı aldınız mı?
- 20) Daha önce psikiyatrik bir tanı aldıysanız lütfen tanınızı belirtiniz:
- 21) Düzenli olarak kullandığınız psikiyatrik bir ilaç var mı?

## EK C ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. Katkılarımız için teşekkürler.

1= Kesinlikle katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3=Kısmen katılıyorum, 4=Katılıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum anlamına gelmektedir.

1. Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.	1	2	3	4	5
2. Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden	1	2	3	4	5
3. Karar alırken kimseyi önemsemem.	1	2	3	4	5
4. Sorunu olan birisini gördüğümde kendimi onun yerine koyabiliyorum.	1	2	3	4	5
5. Başkalarının benim kadar değerli olduklarını düşünmüyorum.	1	2	3	4	5
6. İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm.	1	2	3	4	5
7. Ebeveynimle (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi	1	2	3	4	5
8. İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.	1	2	3	4	5
9. Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakilerin sorunlu olmasıdır.	1	2	3	4	5
10.Kendimi mutlu bir insan olarak tanımlıyorum.	1	2	3	4	5
11.Duygusal ilişki yaşadığım kişinin beni gerçekten sevmediğini düşünerek	1	2	3	4	5
12.Yalnızca kendime değer veririm.	1	2	3	4	5
13.Başkalarının üzüntülerini anlayabiliyorum.	1	2	3	4	5
14.Duygusal ilişkilerden uzak duruyorum çünkü terk edilmek istemiyorum.	1	2	3	4	5
15.İnsanların görüşleri benim için önemsizdir.	1	2	3	4	5
16.Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) genelde kırıcı sözler söylemem.	1	2	3	4	5
17.İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar mutlu olurum.	1	2	3	4	5
18.Başkaları çok da umurumda değildir.	1	2	3	4	5

## EK D SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ

		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5
2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
3	İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.	1	2	3	4	5
4	<b>İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.</b>	1	2	3	4	5
5	Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5
6	Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
7	İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.	1	2	3	4	5
8	Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9	Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.	1	2	3	4	5
10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
11	Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.	1	2	3	4	5
12	Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.	1	2	3	4	5
13	İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
14	Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.	1	2	3	4	5
15	Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5

## EK E YEME TUTUM TESTİ KISA FORMU

Aşağıda yer alan her bir ifade için size uygun gelen bir şikâli işaretleyiniz.		Daima	Çok sık	Sık sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1.	Şişmanlamaktan ödüm kopar.						
2.	Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.						
3.	Kendimi sürekli yemek düşünürken bulurum.						
4.	Yemek yemeyi durduramadığımlı hissettiğim zamanlar olur.						
5.	Yiyeceğimi küçük parçalara bölerim.						
6.	Yediğim yiyeceklerin kalorisini bilirim.						
7.	Ekmeğ, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçınırım.						
8.	Başkaları, benim daha fazla yememi tercih ediyorlar gibi gelir.						
9.	Yemek yedikten sonra kusarım.						
10.	Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.						
11.	Zayıf olma arzusu zihnimı meşğul eder.						
12.	Egzersiz yaptığımda, harcadığım kalorileri düşünürüm.						
13.	Başkaları çok zayıf olduğumu düşünür.						
14.	Vücutumda yağ birikeceği (şişmanlayacağım) düşüncesi zihnimı meşğul eder.						
15.	Yemeklerimi yemek, başkalarınınkinden daha uzun sürer.						
16.	Şekerli yiyeceklerden kaçınırım.						
17.	Diyet (perhiz) yemekleri yerim.						
18.	Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.						
19.	Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.						
20.	Yemek yeme konusunda başkalarının bana baskı yaptığını hissedirim.						
21.	Yiyecek ile ilgili düşünceler çok fazla zamanımı alır.						
22.	Tatlı yedikten sonra rahatsız hissedirim.						
23.	Diyet yaparım.						
24.	Midemin boş olmasından hoşlanırım.						
25.	Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.						
26.	Şekerli, yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.						
<b>Davranışsal Sorular: Geçtiğimiz 6 ayda;</b>		Hiçbir zaman	Ayda bir yada daha az	Ayda 2-3 kez	Haftada bir kez	Haftada 2-6 kez	Günde bir ya da daha çok kez
A	Durduramayacağımızı hissettiğimiz tıknırçasına yeme atklarınız oldu mu?*						
B	Kilonuzu ve beden şeklinizi kontrol etmek için kendinizi kusturdunuz mu?						
C	Kilonuzu ve beden şeklinizi kontrol etmek için laksatif (barsak söktürücü), diyet hapları veya idrarsöktürücü kullandınız mı?						
D	Kilo vermek ya da kilonuzu kontrol etmek için bir günde 60 dakikadan fazla egzersiz yaptınız mı?						

## ÖZGEÇMİŞ