

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI



İSTANBUL KENT
ÜNİVERSİTESİ

YEME TUTUMU VE CİNSEL İLİŞKİ ESNASINDAKİ BEDEN
ALGISININ, EŞ SEÇİMİ VE ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİYLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Beril ESER

İSTANBUL-2023

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

YEME TUTUMU VE CİNSEL İLİŞKİ ESNASINDAKİ BEDEN
ALGISININ, EŞ SEÇİMİ VE ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİYLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Beril ESER

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Zafer TAPANCI

İSTANBUL-2023

KABUL VE ONAY

Beril ESER tarafından hazırlanan “Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısının, Eş Seçimi ve Romantik İlişki Kalitesiyle İlişkisinin İncelenmesi” adlı tez çalışmasının savunması 03.08.2023 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oybirliği ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak Kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Zafer TAPANCI

.....

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN

.....

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Rukiye KÖROĞLU

.....

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun tarih ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

.....

Doç. Dr. Bülent DEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversiteden başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Beril ESER

03.08.2023



ÖNSÖZ

Kariyer hayatımda her zaman desteklerini omzumda hissettiğim canım ailem Ramazan, Oğuzer ve Sermin'e sonsuz teşekkürler. Her yerde olduğu gibi bu zor süreçte de yalnız olmadığımı her adımda hissettim. Hem klinik kariyerim hem tez sürecim boyunca desteğini esirgemeyen kıymetli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Zafer TAPANCI'ya ve Prof. Dr. Kültegin ÖGEL'e minnettarım. Bu zorlu süreçte bana destek olan çok değerli Sedat ODABAŞI'na, Özge KALKAN'a, Eslem Fulya EKŞİ'ye, Kardelen Oğhan AYDIN'a ve Tuğçe Hilal KADIOĞLU'na edilmiş binlerce kez teşekkürün üstüne tekrar teşekkür ederim. Tez yazım sürecinde bana destek olan herkese minnettarım.

Beril ESER

03.08.2023



İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	i
TABLO LİSTESİ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER	6
1.1. Yeme Tutumu	6
1.1.1. Yeme Davranışı.....	6
1.1.2. Yeme Tutumu	6
1.1.3. Bozulmuş Yeme Tutumu	7
1.1.3.1. Kısıtlayıcı Yeme.....	8
1.1.3.2. Yeme Meşguliyeti	8
1.1.3.3. Sosyal Baskı.....	9
1.2. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	10
1.2.1. Beden Algısı.....	10
1.2.2. Cinsellik.....	11
1.2.3. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	12
1.3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi	13
1.3.1. Romantik İlişkiler.....	13
1.3.2. Romantik İlişkiler İle İlgili Kuramlar	16
1.3.2.1. Aşk Stilleri Kuramı	16
1.3.2.2. Üçgen Aşk Kuramı.....	17
1.3.3. Romantik İlişki Kalitesi.....	18
1.4. Romantizm ve Eş Seçimi.....	18
1.4.1. Eş Seçimi	18
1.4.1.1. Eş Seçimi ile İlgili Modeller	19
1.4.1.1.1. İdeal Standartlar Modeli	19
1.4.2. Eş Seçimine Etki Eden Faktörler	22
1.4.2.1. Psikoanalitik Teori	22
1.4.2.2. Sosyal Rol Teorisi	23
1.4.2.3. Evrimsel Teori.....	24
1.4.2.4. Bağlanma Teorisi	24
1.4.2.5. Rasyonel Duygucu Davranışçı Teori.....	25

1.5. Eş Seçimi ve Romantik İlişki Kalitesi.....	26
1.6. Eş Seçim ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	27
1.7. Yeme Tutum ve Romantik İlişkiler.....	27
1.8. Yeme Tutum ve Eş Seçimi	29
BÖLÜM 2: YÖNTEM	30
2.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	30
2.2. Veri Toplama Araçları.....	30
2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	30
2.2.2. Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği	31
2.2.3. Yeme Tutum Testi.....	31
2.2.4. Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği (REST).....	32
2.2.5. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)	33
2.3 İşlem.....	33
2.4. Verilerin Analizi	34
BÖLÜM 3: BULGULAR.....	35
3.1. Değişkenlerin Normal Dağılımları ve Betimleyici İstatistikleri	35
3.2. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri	35
3.3. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları	38
3.3.1. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları	38
3.3.2. Katılımcıların Romantik İlişki Süresi ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları.....	39
3.3.3. Katılımcıların Gelir Durumu ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız GruplarT Test Sonuçları.....	40
3.3.4. Katılımcıların Kilo Memnuniyeti ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları	40
3.3.5. Katılımcıların Kilo Tanımlamaları ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları.....	41
3.3.6. Katılımcıların Cinsel İlişki Sıklığı ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları.....	42
3.3.7. Katılımcıların Diyetisyen Başvurusu ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları.....	43
3.4. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları.....	43
3.5. Araştırmanın Değişkenleri Arasında Lojistik Regresyon Analizi Sonuçları.....	46

BÖLÜM 4: TARTIŞMA	47
4.1. Sosyodemografik Veriler ve Diğer Değişkenlerin T Test Sonuçlarının Tartışılması	47
4.1.1. Cinsiyet ve Diğer Değişkenler	47
4.1.1.1. Cinsiyet ve Yeme Tutumu	47
4.1.1.3. Cinsiyet ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	48
4.1.2. İlişki Süresi ve Romantik İlişki Kalitesi	48
4.1.3. Kilo Memnuniyeti ve Diğer Değişkenler	49
4.1.3.1. Kilo Memnuniyeti ve Yeme Tutumu	49
4.1.3.2. Kilo Memnuniyeti ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	50
4.1.4. Cinsel İlişki Sıklığı ve Romantik İlişki Kalitesi	50
4.2. Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışılması	51
4.2.1. Yeme Tutumu ve Diğer Değişkenlerin İlişkisi	51
4.2.1.1. Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	51
4.2.1.2. Kısıtlayıcı Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	52
4.2.1.3. Yeme Tutumu ve Romantik İlişki Kalitesi	52
4.2.1.4. Yeme Tutumu ve Eş Seçimi Tutumları	53
4.2.1.5. Yeme Meşguliyeti ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı	54
4.2.1.6. Sosyal Baskı ve Romantik İlişki Kalitesi	55
4.2.2. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ile Diğer Değişkenlerin İlişkisi	56
4.2.2.1. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ve Romantik İlişki Kalitesi	56
4.2.2.2. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ve “Beraber Yaşama” Sınırlandırıcı İnancı ..	57
4.2.2.3. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ve “Aşk Yeterli” Sınırlandırıcı İnancı:	58
4.2.3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi ile Diğer Değişkenlerle İlişkisi	58
4.2.3.1. Romantik İlişki Kalitesi ve Eş Seçimi Tutumu	58
4.2.3.2. Romantik İlişki Kalitesi ve “Aşk Yeterli” Sınırlandırıcı İnancı	59
4.2.3.3. Romantik İlişki Kalitesi ve “Zıt Kutuplar” Sınırlandırıcı İnancı	60
4.2.3.4. Romantik İlişki Kalitesi ve “Çaba Göstermeme” Sınırlandırıcı İnancı	61
4.3. Lojistik Regresyon Analiz Sonucunun Tartışılması	62
SONUÇ VE ÖNERİLER	64
KAYNAKÇA	67
EKLER	96
ÖZGEÇMİŞ	104

KISALTMALAR

APA	: American Psychology Association
ARİKÖ	: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği
CİEBA	: Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama
REST	: Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği
Ve Ark.	: Ve Arkadaşları
VKİ	: Vücut Kitle İndeksi
YTT	: Yeme Tutum Testi



TABLO LİSTESİ

Tablo 1 : Ölçeklerin Betimsel Özellikleri	35
Tablo 2 : Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri	37
Tablo 3 : Değişkenlerin Cinseyete Yönelik T Test Sonuçları.....	39
Tablo 4 : Değişkenlerin İlişki Süresine Yönelik T Test Sonuçları.....	39
Tablo 5 : Değişkenlerin Gelir Durumuna Yönelik T Test Sonuçları.....	40
Tablo 6 : Değişkenlerin Kilo Memnuniyetine Yönelik T Test Sonuçları.....	41
Tablo 7 : Değişkenlerin Kilo Tanımlaya Yönelik T Test Sonuçları.....	41
Tablo 8 : Değişkenlerin Cinsel İlişki Sıklığına Yönelik T Test Sonuçları.....	42
Tablo 9 : Değişkenlerin Diyetisyen Başvurusuna Yönelik T Test Sonuçları.....	43
Tablo 10: Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları	45
Tablo 11: Yeme Tutumunu Yordayan Faktörlerin Belirlenmesiyle Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları.....	46

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısının, Eş Seçimi ve Romantik İlişki Kalitesiyle İlişkisinin İncelenmesi

Beril ESER

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji / Klinik Psikoloji

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Zafer TAPANCI

Haziran, 2023 – 104

Amaç: Yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi ile ilişkisinin incelenmesidir. İlgili literatür incelendiğinde cinsellik esnasında bedenine fazlasıyla odaklanan kişilerin, yeme tutumunda kısıtlama olduğu görülmüştür. cinsel ilişki esnasında algılanan beden, yeme tutumu, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi kavramlarının arasındaki ilişkinin daha detaylı anlaşılma ihtiyacı olduğu gözlenmektedir.

Yöntem: Mevcut çalışmada 18-65 yaş aralığındaki kadın ve erkeklerde yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesiyle ilişkisi Cinsel İlişki Esnasında Algılanan Beden Ölçeği, Yeme Tutumu Testi (YTT-26), Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği (REST) ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ) ölçekleri ve sosyo-demografik bilgi formu ile incelenmiştir. Araştırmaya randomize şekilde yaşları 18-65 aralığında olup, ilişkisi olan 151 kadın, 46 erkek olmak üzere 197 katılımcı dahil edilmiştir. Mevcut çalışmada kullanılan ölçekler online platform aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Çalışmada yeme tutumu, cinsel ilişki esnasındaki beden algısı, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesinin ilişkisinin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmış olup, bağımsız değişkenler arasındaki olasılığı saptamak adına lojistik regresyon analizi kullanılmıştır. Ek olarak, bağımsız gruplar arasındaki anlam farklılıklarını belirlemek adına bağımsız gruplar t test analizi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Analiz sonuçlarına göre; yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı, yeme tutumu ve algılanan romantik ilişki kalitesi, cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ve romantik ilişki kalitesi, algılanan romantik ilişki kalitesi ve eş seçimi arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Son olarak, cinsel ilişki esnasındaki beden algısının bozulmuş yeme tutumunu daha fazla yordadığı saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Yeme Tutumu, Beden Algısı, Cinsel İlişki, Eş Seçimi, İlişki Kalitesi

ABSTRACT

Istanbul Kent University Postgraduate Education Institute

Relationship Between Eating Attitudes and Body Exposure During Sexual Activity with Mate Selection and Romantic Relationship Quality

Beril ESER

Master Thesis

Psychology / Clinical Psychology

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Zafer TAPANCI

June, 2023 – 104

Aim: Aim of this study is to examine the relationship between eating attitudes and body exposure during sexual activity with mate selection and quality of romantic relationship. In this study, examination of relationship between eating attitudes and body exposure during sexual activity with mate selection and quality of romantic relationship was investigated.

Method: 151 women and 46 men, a total of 197 adults who have romantic relationships participated in the study. Socio-demographic information form, Eating Attitudes Test (EAT-26), Body Exposure During Sexual Activity Questionnaire (BESAQ), Romance and Mate Selection Attitudes Scale and Perceived Romantic Relationship Quality Scale were administered to the participants. The scales used in the current study was delivered to participants via online platform. In the study, Pearson correlation analysis was applied to examine the relationship between eating attitudes, body exposure during sexual activity, mate selection and quality of romantic relationship. Logistic regression analysis was applied to determine the probability between independent variables. Additionally, to assess the difference between independent variables independent samples t test was used.

Results: According to the analysis results; there is a significant relationship between eating attitudes and body exposure during sexual activity, eating attitudes and perceived quality of romantic relationship, mate selection and perceived quality of romantic relationship. Additionally, there is a significant difference between males and females as eating attitudes and body exposure during sexual activity. Lastly, it was found that body exposure during sexual activity predicts disordered eating more than other variables.

Key Words: Eating Attitudes, Body Image, Sexuality, Mate Selection, Relationship Quality

GİRİŞ

Günlük hayatımızda, tüm insanların temel ihtiyaçları olarak vurgulanan ve hayatın devamlılığı için önemli olan bir çok kavram bulunmaktadır. Sağlıklı olmak ve kaliteli bir yaşam sürmek için gerekli olan en temel ihtiyaç beslenmektir (Currie ve ark., 2010). Yemek, hem psikolojik ve bedensel sağlığı korumak hem de sosyal, zihinsel ve fiziksel refahı sağlamak adına önemli olarak görülmektedir (İnalkaç ve Arslantaş, 2018). Yemek yemek ve beslenmek kavramları insanlar da dahil olmakla birlikte tüm canlıların en temel ihtiyaçları arasında yer almaktadır. Kişilerin yeme ile olan ilişkisini şekillendiren duygu, düşünce ve davranışların tümü yeme tutumunu oluşturmaktadır. Yeme tutumları sağlıklı ve olumlu olabilmekle birlikte, olumsuz veya bozulmuş da olabilmektedir. Bozulmuş yeme tutumuna neden olan faktörlere bakıldığında, Aşırı yeme, kontrolü kaybetme, aşırı spor, laksatif ilaçların kullanımı ve kusma gibi arınma davranışları, kişilerin hayatında uyguladığı işlevsiz kilo ve beden kontrol yöntemleri olduğu söylenmektedir (Pereira ve Alvarenga, 2007). Sosyal, kültürel ve psikolojik açıdan değerlendirildiğinde yeme tutumunun, tüm bu faktörler tarafından etkilendiği söylenmektedir (Aronson ve ark., 2012). Bozulmuş yeme tutumu veya klinik olan yeme bozuklukları, günümüzde bir çok kişinin hayatını tehdit altına alan bir boyuta ulaşmıştır. Görülme sıklığının son yıllarda çok fazla artmasıyla birlikte, riskleri de göz önüne alınarak ciddiye alınması gereken bir konu olduğu düşünülmektedir.

Beslenmenin sıklıkla direkt etki alanlarından biri bedendir. Kişilerin kendi bedenini yorumlayışı olarak tanımlanan beden algısı, kişinin kendi bedenine yüklediği bir çok duygular ve düşünceleri de kapsamaktadır (Fischer ve Cleveland, 1968). Yalnızca fiziksel bir olgudan öte kişilerin toplum içinde, mental olarak, sosyal ortamlarda bedeniyle ilgili hissettiklerini de kapsamaktadır (Erbil ve ark., 2012; Ozorhan, 2012). Bu bilginin ışığında beden algısını etkileyen bir diğer faktörün sosyal çevre ve dış dünyadan elde edilen veriler olduğu söylenebilir (Haavio-Mannila ve Purhonen, 2001). Herkesin kendi bedenlerini algılayış biçimleri vardır ancak bazen bazı kişiler için bu algılama, gerçeklikten uzaklaşmakta ve kişilerin hayatlarının bir çok alanına etki etmeye başlamaktadır (Taşkın ve Kukulu, 2011). Beden algısındaki problemin en belirgin görünebileceği veya fark edilebileceği alan, beden'e en fazla maruz kalınan anlardan olan cinsellik olarak bahsedilebilir. Eğer ki kişinin kendi bedeniyle ilgili algısı olumlu ise, cinsel birliktelik sürecinde kişiler bedenle ilgili endişelere daha az yer ve zaman vermekte olup, cinselliğe daha rahat ve fazla odaklanabilmektedirler (Van den Brink ve ark., 2018). Sadece fiziksel bir kavramdan öte olan cinsellik, duygusal ve zihinsel faktörleri de bünyesinde barındırmaktadır. En nihayetinde cinsellik, insanların ve canlıların hayatındaki

beslenmeyle birlikte bir diğ er en temel ihtiyaçlardan bir diğ eridir. Toplum, kültür, normlar gibi olgularla birlikte a k, tutku, haz,  ehvet gibi olguları da içermektedir. Bu bilginin ışığında, cinselliğ in kompleks bir kavram olduğu söylenilmektedir ( ncesu, 2006). Romantik ilişkiler kapsamında cinsellik değerlendirildiğ inde, insanların hayatında büyük bir yer kaplayan bir anlam olup, sağlıklı ve mutlu bir romantik ilişkiye ulaşıldığı takdirde hayatın anlamlılığ ını etkileyen nadir kavramlardan biri olduğu da söylenmektedir (Atak ve Ta tan, 2012). Kişilerin cinsel olarak kendini ne derece çekici algıladığı, beden algılama biçimleri, cinsellik esnasında alınan doyum ve kişinin psikolojik sağlığı gibi faktörler de cinselliğ i etkilemektedir (Clayton, 2001). Yapılan bir çalışmada, her iki cinsiyetten bedenini olumsuz olarak algılayan ve tanımlayan kişiler, cinsel birliktelikten kaçındığı bulunmuştur (Faith ve Schare, 1993). Kişiler, kendi beden görünümüyle ilgili olumsuz bir tutuma sahip olduğu takdirde, bu durum hayatlarının bir çok alanında etki gösterdiği bilinmektedir. G r n  e verilen önemin fazlalığı nedeniyle kişilerin cinsel ilişki esnasında aldığı veya alabileceği doyum ve hazdan ziyade, bedenlerine odaklandığı ortaya çıkmıştır (La Rocque ve Cioe, 2011).

Partnerlerin cinsel ilişkiye dair deneyimlediği bu etkileşim, kişilerin romantik hayatında ve partnerler arası ilişkiye de etkisi olabilmektedir. Bağlılık, tutku ve duygusal bağ e liğ inde ortaya çıkan ve bu    etmenin birbirleriyle kombine olmasıyla gelişen bir süreç olarak bahsedilen romantik ilişki kavramı,  ağlar boyu kişilerin ilgi alanlarından olmuştur (Gizir, 2013; Kalkan ve Yalçın, 2012; Atak ve Ta tan, 2012). Kişilerin en temel ihtiyaçlarından bir diğ eri olarak sayılan romantik ilişkiler ve a k kavramlarının tanımında, sadece partnerle olan mutluluk şeklinde sınırlamak mümkün değildir. Romantik ilişkiler ve cinsellik gibi kavramlar bütünüyle değerlendirildiğ inde bireysel bir durumdan ziyade karşılıklılık gerektiren kavramlardır. Bu karşılıklılık kavramıyla devreye giren e  seçimi, kişilerin uzun süreli, evlenebileceği ve bağlanabileceği türde ilişkiler kurmak için sahip olduğu düşünceleri kapsayan öncelikler ve inançlar olarak tanımlanmaktadır (Brackett, 2016). Romantik ilişki, evlilik ve cinsel birliktelik için kişiler aradığı özellikleri ve beklentileri belirlediği bir noktada olduğu takdirde, yapılan araştırmalar doğrultusunda e  seçiminin başarı ile sonuçlanacağını fikrini ortaya çıkarmaktadır (Ceylan, 1994). Başarılı ile sonuçlanan e  seçiminin, ilişki kalitesini de arttıracadı  düşünülebilir.

Araştırmanın Problemi

Yeme tutumu ve beden algısının birbiriyle ilişkili olduğu bilinmektedir. Beden algısı kavramına genel pencereden bakılan çalışmalara oldukça sık rastlanmıştır. Ancak, beden algısı özelleştiğinde ve direkt olarak beden'e maruz kalınan bir an olan cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile ilgili çalışmaların aynı sıklıkta olduğunu söylemek mümkün değildir. Buradan yola çıkarak yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile eş seçimi tutumu ve romantik ilişki kalitesi arasında bir ilişkinin var olup olmadığı bu çalışmanın ana problemini oluşturmaktadır. Eş seçimi ve yeme tutumu arasındaki ilişkiye dair çalışmalara da az rastlanması ile birlikte, cinsel ilişki esnasında bedeni algılama ile de yeterli araştırma bulunmamaktadır. Romantik ilişki kalitesi, yeme tutumu, cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ve eş seçimi başlıklarıyla araştırılan farklı araştırmalar olsa dahi, bu birliktelik bağlamında veriler yetersizdir.

Mevcut çalışmada yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi ile ilişkisinin incelenmesi araştırılmaktadır.

Alt Problemler

- Yeme tutumu ile cinsel ilişki esnasındaki beden algısı arasında ilişki var mıdır?
- Yeme tutumu ile eş seçim tutumları arasında ilişki var mıdır?
- Yeme tutumu ile romantik ilişki kalitesi arasında ilişki var mıdır?
- Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile eş seçimi tutumları arasında ilişki var mıdır?
- Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile romantik ilişki kalitesi arasında ilişki var mıdır?
- Eş seçimi tutumları ve romantik ilişki kalitesi arasında ilişki var mıdır?
- Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi, bozulmuş yeme tutumunu yordamakta mıdır?
- Kadın ve erkekler değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi ile ilişkisinin incelenmesidir. Farklı bağlamlarda ilgili çalışmalar bulunsa da, mevcut çalışma kapsamındaki değişkenlerin birbiri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yetersizdir. Romantik ilişkilerin hayatın bir çok alanında etkisi olduğu bilgisiyle birlikte, temel gerekliliklerden olan yeme ve cinselliğin ilişkiselliğini keşfetmek, bu bağlamda kapsamlı bilgi sunabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Önemi

Yeme tutumu ve beden algısının ilişkisi araştırılsa da literatürde daha az çalışılan ve nispeten son dönemlerde araştırmalara dahil edilmiş bir alan olan cinsel ilişki esnasındaki beden algısı konusunun, içinde barındırdığı cinsellik sebebiyle hem yeme tutumlarıyla hem de romantik ilişkilerle ilişki olduğu düşünülmektedir. Buna ek olarak, yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, romantik ilişkileri nasıl etkilediği de literatürde oldukça az çalışılmış bir alandır. Bu anlamda, bireyselliğin yanında ilişkisellikte çok ilişkili olduğu görülen yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, eş seçimini ve romantik ilişki kalitesini nasıl etkilediğini anlamak hem literatür açısından hem klinik açıdan önemli katkılar sunabileceği düşünülmüştür. Bu bağlamda, çalışma verilerinin literatürde ilişkili yeni çalışmalara katkı sunabileceği aynı zamanda benzer literatür çalışmalarının artmasıyla klinik anlamda da alanda çalışan kişilere farklı bakış açılarının kazandırılmasına ve tedavi sürecinde de bütüncül bir tutumla yaklaşılmasına katkı sağlayabilir.

Araştırmanın Hipotezleri

H1: Kişilerin yeme tutumlarındaki bozulmalar ile cinsel ilişki esnasındaki beden algısındaki farkındalığın artışı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmaktadır.

H2: Kişilerin cinsel ilişki esnasındaki beden algısındaki farkındalığın artışı ile algılanan romantik ilişki kalitesinin azlığı arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki vardır.

H3: Kişilerin yeme tutumundaki bozulmalar ile eş seçimindeki sınırlandırıcı inançların artışı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki vardır.

H4: Kişilerin romantik ilişki kalitesindeki artış ile eş seçimindeki sınırlandırıcı inançların azlığı arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki vardır.

H5: Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı; eş seçimi ve romantik ilişki kalitesine kıyasla bozulmuş yeme tutumunu daha fazla etkilemektedir.

Araştırmanın Sayılıları

- Araştırmada kullanılan Sosyodemografik Bilgi Formu ve ölçekler amaca yönelik ölçme araçlarıdır.
- Araştırmaya katılan katılımcıların ölçeklere verdikleri cevapların, kişilerin gerçek duygu ve düşüncelerini yansıtarak samimi ve doğru cevaplar verdiği varsayılmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Çalışmaya katılan örneklemin dağılımı cinsiyet açısından sayısal olarak eşit değildir.
- Çalışmada ulaşılan katılımcıların çoğu, genç katılımcılardır.
- Çalışmadaki katılımcıların sosyo kültürel düzeyleri yüksektir.
- Aktif psikiyatrik ilaç kullanan katılımcılar çalışmaya dahil edilmiştir. Psikiyatrik bozuklukları olan kişiler çalışmanın dışında tutulmamıştır. Bu durum çalışmanın araştırdığı değişkenleri etkilemiş olabilir.
- Araştırma, değerlendirme yöntemi olarak kullanılan anket soruları ile online olarak ulaştırılmıştır. Herhangi bir klinik değerlendirme yapılamamıştır.

BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER

1.1. Yeme Tutumu

1.1.1. Yeme Davranışı

Yeme davranışı, canlıların yaşamlarını devam ettirmeleri için yaşamları boyunca gerçekleştirdikleri temel davranışlardan biridir. Yaşamın her anında hem bedensel hem zihinsel olarak sağlıklı olmak ve bunu devam ettirebilmek için beslenme büyük önem taşır (Köroğlu ve Derin, 2019). Yemek yemek, insanların yaşam kalitesini iyileştirmek, sağlığını geliştirmek ve korumak, sosyal, zihinsel ve fiziksel refahı korumak için uygulanması gereken bilinçli bir davranıştır (İnalkaç ve Arslantaş, 2018).

1.1.2. Yeme Tutumu

Tutum kavramı, bireyin herhangi bir ögeye, kişiye, gruba veya fikre karşı olumlu veya olumsuz tutumu olarak tanımlanır ve üç bölümden oluşur: davranışsal, bilişsel ve duygusal (Macht, 1999). Tutuma dair yapılan tanım temel alındığında yeme tutumu kişinin yemek yeme eylemine karşı sahip olduğu düşünce, duygu ve davranışlar olarak tanımlanmaktadır. (Walker ve ark., 2021). Bir diğer tanımlama ise kişinin yeme kavramını içeren düşünceler, duygular ve yemek yemenin kendisine dair olan yaklaşımlar “yeme tutumu” olarak tanımlanmaktadır (Beekley ve ark., 2009; Shafran ve Robinson, 2004). Kişinin yemek yemeye dair olan tüm düşünce, duygu ve davranışlarını kapsayan yeme tutumunun içeriğine bakıldığında örüntü, kişinin az ya da çok yemek yeme, beslenme düzeyinin işlevsiz bir noktaya gelme hali, oldukça hızlı ya da oldukça hızlı bir şekilde yemeği tüketici davranışlar, yoğun diyetler uygulamaya ya da yemeklere karşı negatif duygulanımın olması gibi durumları içerebilmektedir (Karaoğlu ve Erzi, 2019; Yılmaz, 2017). Bunlara ek olarak yeme tutumu, sadece bu gerekliliklerle kalmayıp, kişilerin yemek seçimi, yemeğe harcadığı para, ne kadar yediği gibi beslenme şekilleri ve türlerini de içine alan bir kavram olduğu söylenmektedir (Wansink, 2010).

İlgili literatür, yeme tutumunun sosyal, kültürel ve psikolojik değişkenlerden etkilendiğini ortaya koymaktadır (Aronson ve ark., 2012; Batıgün ve Utku, 2006). Aynı zamanda yemeye ilişkin tutumların psikososyal, genetik, kişilik özellikleri ve deneyim gibi kavramlardan da etkilendiği de kabul edilmektedir (O’Hara ve Smith, 2007). Yeme tutumundaki bozulmalar incelendiğinde etiyolojisi tam olarak anlaşılamamış olsa dahi, nörobiyolojik ve psikososyal etmenlerin önemli rolü olduğuna ilişkin bulgular bulunmaktadır (Anschutz ve ark., 2008; Keski-Rahkonen ve Mustelin, 2016). Dışsal faktörler incelendiğinde

aile ilişkileri ve akran baskısı da yeme tutumlarında bozulmaya yol açabileceği söylenmiştir (Anschutz ve ark., 2008; Fairburn ve Harrison, 2003; Jacobi ve ark., 2004; Stice ve Shaw, 1994). Kişisel faktörler incelendiğinde ise kişinin duyguları ve paylaşımlarının görmezden gelinmesi, problemlerinin yok sayılması veya başarılı olmaya verdiği aşırı önem gibi deneyimlerin önemli rolünün önemli olduğu düşünülmektedir (Zubatsky ve ark., 2015)

Beden algısı, internet, sosyal medya ve toplumsal normlar gibi etmenler, spesifik olarak kadınlarda “zayıflık” beklentisi yaratmasıyla birlikte yeme davranış ve tutumlarını negatif anlamda etkileyebildiğine ilişkin bulgular bulunmaktadır (Hetherington ve ark., 2000; Saleh ve ark., 2018). Tüm bunlarla birlikte, geçmişten gelen ve uzun yıllar boyunca var olan, kişilerin içinde bulunduğu zaman diliminin algısına göre değişiklik gösteren bir diğer olgu ise güzellik kavramıdır. Güzellik kavramının en önemli kriteri olan zayıflık, kadınların yemeye dair tutumlarını, yeme davranışlarını ve yiyeceklerle olan ilişkisini değiştirdiği, hatta bozulmuş yeme tutumları ve yeme bozukluklarına da yol açtığı bilinmektedir (Gordon ve ark., 2010; Keel ve Klump, 2003). Kişilerin, ideal olarak beliren bir görünümüne ulaşabilmeleri için zayıf olmaları gerektiği inancı yeme problemlerine öncülük ettiği düşünülmektedir (Troisi ve ark., 2005). Dış görünüme verilen önem, bedene odaklanma eğilimi yüksek olan beliren yetişkinlik dönemindeki kadınların, akranlarından çekici ve zayıf olanları daha başarılı olarak gördükleri de söz konusudur (Gillen ve Lefkowitz, 2009).

1.1.3. Bozulmuş Yeme Tutumu

Kişinin yeme davranışına yönelik duygu, düşünce ve davranışlarının artık işlevsizleşmesi ve kişinin günlük yaşantısını etkileyip sağlığını tehdit altına alma durumu bozulmuş yeme tutumu olarak tanımlanmaktadır (Goldschmidt ve ark., 2008). Çok sıkı diyetler, kalori hesaplamaları, laksatif kullanımı, aşırı yemek veya hiç öğün tüketmemek, aşırı egzersiz ve spor gibi davranışlar, bozulmuş yeme tutumuyla birlikte gelen davranış örüntüleri olarak bahsedilir (Croll ve ark., 2002; Olmsted ve ark., 2008).

Bozulmuş yeme tutumuyla birlikte gelen belirgin yeme ile ilişkili problemlerden birisi de “zayıf” olma hatta “daha zayıf” olma isteği, kişilerde hem vücut ağırlığı hem dış görünüşü ile ilgili zihin uğraşımının arttığı ve kişilerin yeme davranışlarını bu hedefe yönelerek yeme tutumları işlevsiz bir biçimde değişime girer. Biyolojik, psikolojik, çevresel, sosyo-kültürel ve genetik faktörler kişinin yemek yeme süreçlerini etkileyebileceği gibi aynı zamanda yeme bozukluklarına da yol açabilir (Nobuyuki, 2014). Bu tutumların, kişinin işlevselliğini ve

sağlığını risk altına alacak bir boyuta ulaşması ise yeme bozuklukları olarak tanımlanır (Troisi ve ark., 2005).

1.1.3.1. Kısıtlayıcı Yeme

Bozulmuş yeme tutumlarından biri kısıtlayıcı yemedir. Bu tutumla birlikte kişi, ihtiyacı olan besinlerin alımını azaltır. Besin alımının azaltılması ile birlikte kişilerin yiyeceklere ilişkin duyduğu istek ve arzu artar. Yiyeceklere dair duyulan belirgin arzuyu bastırmaya yönelik yoğun çaba ile ortaya çıkan bir durum olarak kısıtlayıcı yeme ve diyet kavramlarından bahsedilmektedir (Altıntaş ve Özgen, 2015). Aynı zamanda kısıtlayıcı yeme davranışı, yiyecekler üzerinde şiddetli bir kontrol isteğiyle birlikte de ortaya çıkmaktadır (Hays ve ark., 2002). Bu tutuma sahip kişiler yiyecekleri öğünlerin kalori hesabına çok hassas yaklaşırlar ve minimum düzeyde tüketim sağlamayı hedeflerler (Beisiegel ve Nickols-Richardson, 2004; Lowe ve Timko, 2004).

Bozulmuş yeme tutumuna sahip kişiler, besinlerin kalorilerini ve değerlerini diledikleri gibi kontrol edemedikleri takdirde, kontrolsüzlüğün getirdiği yoğun rahatsızlık hissiyle birlikte daha zayıf olmak için kalori alımını azaltarak birincil hedefe ulaşmaya çalışırlar. (Altıntaş ve Özgen, 2015). Ancak, besin alımının azaltılmış olması kişileri her zaman hedefledikleri sonuca ulaştıramayabilir ve bu kişiler kendilerini normal yeme davranışı ile kıyaslandığında daha çabuk ve daha fazla miktarlarda yemek yerken bulabilirler (Heatherton ve ark., 1990). Bu bilgiler doğrultusunda, yemekleri kısıtlamak, öğünleri atlamak ve yasaklar koymak, kişilerin zihinlerini yoğun ve süregelen bir şekilde tüketemediği besinlerle meşgul etmesini sağlar (Tapper ve Pothos, 2010).

Eğer ki tüm bu işlevsiz ve bozulmuş yeme tutumları çok sıkı ve süregelen bir şekilde ilerlerse, anoreksiya ve bulimia için risk oluşturabileceği açısından kısıtlayıcı yeme davranışının öneminin büyük olduğu düşünülmektedir (Ünalın ve ark., 2009).

1.1.3.2. Yeme Meşguliyeti

Yeme meşguliyeti, kilo verme diyeti yapan kişilerde karakterize olan bir kavram olarak bahsedilmektedir (Jones ve Rogers, 2003; Rogers ve Green, 1993). Bu kavram, yiyecek veya yemek yemeyle ilgili düşünerek geçirilen zaman olarak açıklanır (Fairburn ve Cooper, 1993). Bir kaç nedenden dolayı bu kavramın öneminden bahsedilebilir (Green ve ark., 1997). İlgili literatür incelendiğinde diyet yapmak gibi belirli yeme tutumları, zihnin yiyeceklerle ilgili yoğun

uğraşına yol açabileceğini öne sürdüğü için, diyet yapmak, kısıtlama/aşırı yeme ve yeme meşguliyeti döngüsünün artmasına neden olduğunu göstermektedir (Jones ve Rogers, 2003; Rogers and Green, 1993).

Yeme meşguliyeti ile ilgili düşünceler ne yiyeceğine karar vermek, yemek yerken bile yemeği düşünmek gibi içerikleri barındırır (Tapper ve Pothos, 2010). Kişi, yiyeceklerden yoğun haz alıyorsa ve diyet yapmakla ilgili bir kaygısı yoksa, yeme hakkındaki düşüncelerinin sıklıkla pozitif olduğu görülmüştür (Rozin ve ark., 1999). Diyet yapan veya geçmişte diyet yapmış kadınların sıklıkla yiyecek hakkında düşündükleri keşfedilmiştir (Tapper ve Pothos, 2010). Bunlara ek olarak, diyet yapan kişilerin açlığı yönetebilme, yeme ve yiyeceklerle ilgili kaygı, kilo ve beden algıları gibi konuların kişilerin zihnini meşgul ettiği bulunmuştur (Green ve Rogers, 1995, 1998). Yapılan bir araştırmada kısıtlayıcı diyet uygulayan ve yağ alımı fazla olan katılımcıların yeme meşguliyetin daha yüksek olduğu bulgular arasındadır (Timmerman ve Gregg, 2003).

1.1.3.3. Sosyal Baskı

Bozulmuş yemenin sosyokültürel teorisine bakıldığında, gerçekçi olmayan ince görünüm baskısının yeme bozuklukları gelişmesinde büyük etkisi vardır (Basow ve ark., 2007). Genç kadınlarda zayıf olmakla ilgili sosyo kültürel baskının beden algısı ve yeme davranışındaki bozulmalardaki etkisi bir çok araştırmacı tarafından keşfedilmiştir (Murnen ve Smolak, 1997; Paxton ve ark., 1999). Sosyal medya, aile ve akran gibi bir çok etmen sosyal baskı oluşturabilmektedir (Stice ve ark., 2003.) Zayıf olma baskısından kaynaklandığı varsayılan beden memnuniyetsizliği ve bunun olumsuz etkisi, tehlikeli boyutta olan kısıtlayıcı diyet ve bozulmuş yeme tutumlarının oluşma riskini arttırabilmektedir (Paxton ve ark., 1999; McCarthy, 1990; Stice, 2001). Kız öğrenci yurdunda kalan kadınlarla yapılan bir çalışmada, öğrenci yurdunda kalmayan kadınlara kıyasla bozulmuş yemenin özellikle bulimik semptomların görülmesi daha sık olduğu bulgular arasındadır (Allison ve Park, 2004; Crandall, 1988; Kashubeck, 1997).

1.2. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

1.2.1. Beden Algısı

Beden algısı, temelinde kişinin kendi bedenine bakışını anlatan kompleks bir kavramdır. Kişinin bedenine yüklediği anlam ve uyandırdığı duygular, beden algısı kavramını daha geniş anlamda tanımlar (Fischer ve Cleveland, 1968). Beden algısının 3 bileşeni bulunmaktadır; değerlendirici, duygusal ve davranışsal (Cash, 2011). Değerlendirici bileşen, bedenden memnun olma durumu (Cash ve Pruzinsky, 2002), duygusal bileşen beden belirsiz ve ortada olduğu durumda hissedilen utanç, suçluluk gibi duygular (Cash, 2011), ve davranışsal bileşen ise beden belirsiz ve ortada olduğu durumlardan kaçış için harcanan çaba veya beden görünümüne yatırım olarak tanımlanmaktadır (Banfield ve McCabe, 2002; Cash, 2011). Yaşam boyunca, kadınların 88-93%'ü beden memnuniyetsizliği deneyimlemekte olup, %9'u bedenini ideal beden olarak tanımlamaktadır (Runfola ve ark., 2013).

Beden algısı, sadece fiziksel algılama olarak anlaşılsa dahi, kişinin psikolojik ve sosyal olarak nasıl hissettiği de göz önünde bulundurularak değerlendirilmektedir (Erbil ve ark., 2012; Salter, 2000; Oz, 2010; Ozorhan, 2012). Bu kavramı etkileyen faktörler arasında psikolojik ve sosyal faktörlerin ikisi de bulunduğu için, direkt olarak hangisinin etkilediğini söylemek zor. Kişiden kişiye aile, kültür, akranlar, partnerler gibi faktörleri de içererek farklılıklar gösterebilir (Grabe ve ark., 2008). Beden algısı, kişinin kendi bedeni ve buna bağlı olarak dış dünyayı yorumlayışı yaşam boyu değişim ve etkileşim halindedir (Haavio-Mannila ve Purhonen, 2001). Böyle bir durumda, bedendeki değişim büyük ya da küçük fark etmeksizin, kişinin dikkati bedenin değişiklik olmuş bölgesine ve şu andaki beden algısı ve zihnin bedeni algılayışı arasındaki farklılıklara odaklanmaktadır (Taşkın ve Kukulcu, 2011). Yapılan bir araştırmada, kişinin bedenini algılayış şeklinin, kişilerin iç dünyası hakkında bilgi verdiği ve dış uyaranlara nasıl tepki verebileceğini gösterdiği bulgular arasındadır (Fisher, 1986).

Beden algısına dair olumsuzluk arttıkça, kişilerin yaşamının hemen hemen her alanını değerlendirme biçimi de etkilenmektedir (Tiggemann ve Williamson, 2000). Hayat boyunca, beden algısı konsepti kişilerde değişmekte ve şekillenmektedir. Bu değişim ise kişilerin hem mental sağlığını hem de kişilik değerlerini etkilemektedir (Yörükoğlu, 2003; Özorhan, 2012). Artan beden memnuniyetsizliği, kişinin ideal olarak atfedilen zayıf bedene ulaşma çabası içinde kısıtlayıcı diyet, laksatif kötüye kullanımı gibi sağlıksız kilo kontrol çabalarına başvurma olasılığını arttırmaktadır. Görünüş odaklı bedeni algılama şekli kişilerin, sıcak, tutkulu ve yakın ilişkiler yaşamasının önündeki engeldir (Steer ve Tiggemann, 2008). Buna paralel olarak, artan

olumsuz duyguyla başa çıkmak için yemek yemek ve olumsuz duyguları azalttığına inanarak aşırı yemeye teşvik edebilir (Basow ve ark., 2007). Kişiler olumlu beden algısına sahip olduğu takdirde, cinsellik esnasında bedene dair endişelere daha az önem verir ve cinselliğe daha çok odaklanabileceği öne sürülmüştür (Van den Brink ve ark., 2018). Tüm bunlarla birlikte olumsuz beden algısının, yeme bozukluklarıyla ilişkisinin kuvvetli olduğu bulgular arasındadır (Stice, 2002). Kız ve erkek çocuklarıyla yapılan uzun dönemli bir çalışmada, beden memnuniyetsizliğinin ilerleyen yaşlarda en az bir yeme bozukluğu semptomu ile ilişkili olduğuyla bulgusuna ulaşılmıştır (Bornioli ve ark., 2019).

Kişiler, diğerleri tarafından nasıl görüldüğünün kabul edildiğini hissettiğinde, ne olursa olsun, pozitif beden algısı desteklenmekte ve kişilerin bedenine harcadığı zaman ve enerjiyi, duygular ve işlevselliğe harcamaktadırlar (Avalos ve Tylka, 2006).

1.2.2. Cinsellik

Cinsellik, sadece temas içermekle kalmayıp, duygusal ve zihinsel faktörleri de içeren, aynı zamanda toplumsal yapı ve kültürün birliğini oluşturan temel bir kavramdır. Buna paralel olarak, kişilerarası iletişimi, sevgi ve tutkuyu da temsil etme ve artmasına destek olma gibi özellikleri de taşımaktadır (İncesu, 2006).

Çok boyutlu bir kavram olmasından dolayı cinselliği biyopsikososyal çerçevede incelemenin önemli olduğu vurgulanmıştır. Biyolojik olarak üremeyi, sosyal açıdan bakıldığında toplumsal yargılar ve değerlerle birlikte aidiyeti ve psikolojik olarak doyumu kapsamaktadır. Olumlu kendilik algısı, ilişki derinliği sağlamasından yola çıkarak sosyal açıdan cinsellik, yaşam doyumu ile de ilişkilidir (Karakoyunlu, 2007; Tunç, 2005). Cinsellik, duygusal, düşünsel ve davranışsal özellikleriyle de ele alınıyor olup, tek bir boyutu olmayan bir kavramdır. Geçmiş ve şu an ile ilişkili değerler, yargılar, kaygılar, savunmalar cinselliğin düşünsel kısmında bulunur. Ek olarak, kişinin bir başkasına kendisi açma sürecini barındırmaktadır. Evliliklerin sürdürülmesinin hayati bir yanı olarak görülen cinselliğin, aynı zamanda partnerleri birbirine bağlayan bir rolünün de bulunduğu öne sürülmektedir. Doyuma ulaşmış cinsel ilişki, aynı zamanda kişilerin kendi mahremiyetini de oluşturmaktadır. Sevgi, aşk, tutku ve samimiyet gibi rollerin de cinsel deneyimle birlikte partnerlerde ortaya çıktığı söylenmektedir (Dönmez, 2018).

1.2.3. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Birini koruma, birini sevmeye, keşfetme ise cinselliğin duygusal kısmıdır. Davranışsal boyuta bakıldığında ise, öpme, sarılma, dokunma, yakın fiziksel temas ve cinsel ilişki bulunmaktadır (Bayrak, 2006). Cinsel ilişkinin birçok farklı kişisel etmenlerden de etkilendiği söylenmektedir. Kişinin psikolojik sağlığı, cinsel olarak kendini ne kadar çekici gördüğü, beden algısı gibi faktörler bunlar arasında yer almaktadır (Clayton, 2001). Kişilerin partnerlerinin bedenlerini algılayış biçimleri de cinsel yaşamı etkilemektedir (Riss ve ark., 2013) Beden algısının sadece fiziksel ve psikososyal tarafından öte, cinsel anlamda da etkileri mevcuttur. Çeşitli durumlarda beden algısı deneyimlerinin incelenmesi ise, bir çok alana bütünsel bir bakış açısı sağlamaktadır (Cash ve ark., 2004). Wiederman tarafından 2002’de yapılan bir çalışmada, beden algısı ve doyumunun, hayattaki cinsel nitelikten ayırt edilemeyeceği bulgusuna ulaşılmıştır.

Partner ile deneyimlenen cinsellikte kişilerin cinsellikten iğrenmesi, süregelen ve yineleyici şekilde partnerin cinsel organına temas etmekten iğrenme veya kaçınma davranışları da görülebilmektedir. Kişinin, cinselliğe dair yaşadığı endişe ve tikslenme duygusu, cinsel kaçınma olarak ifade edilmektedir (Kaplan, 1987). Partneriyle olan cinsel hayatında doyum ve mutluluğu düşük olan kişilerle doyum ve mutluluğu yüksek olan kişiler karşılaştırıldığında, doyum alamayanların beden memnuniyetlerinin daha düşük olduğu söylenmektedir. Beden algılarında bozulma olmayan ve bedeniyle ilgili yoğun kaygı yaşamayan kişilerde, cinsel birliktelik esnasında düşük kaygı ve dikkatin daha az bedene odaklanmış olmasından dolayı, kişiler cinsel birlikteliğin hazzına odaklanmakta zorlanmayabilir ve böylelikle cinsel tatminde artış gözlenebilir. Tüm bunlarla birlikte, kişi bedenine yönelik olumlu duygu ve düşüncelerine sahip olduğunda, cinsel doyumun da arttığı söylenebilir (Woertman ve Van den Brink, 2012).

Cinsel kaygının, cinsel doyum ile negatif yönde ilişkili olduğu öne sürülmüştür (Weaver ve Byers, 2006). Buna ek olarak cinsel kaygının, cinsel işlevsizlik ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Bradford ve Meston, 2006; Laurent ve Simons, 2009). Cinsel ilişki esnasında deneyimlenen dikkat dağınıkları ve endişeler, davranışsal kaçınmayı, cinsel hazzı, arzuyu ve orgazmı zorlaştırmaktadır (Cash ve ark., 2004). Kişiler, fiziksel hislerde zorlanabilir, fiziksel hazzı arttıracak aktivitelerden kaçınabilir veya cinsel birlikteliğin kaygı yaratmasından dolayı birliktelikten tamamen kaçınabilir. Beden memnuniyetsizliğinin cinsel anksiyeteyi öngörmesi ışığında beliren bu gibi durumlar cinsel doyumun zayıflatmakla birlikte cinsel memnuniyetsizliğe yol açabilmektedir (Meana ve Nunnink, 2006; Weaver ve Byers, 2006).

Buna paralel olarak, bilişsel anlamda, beden memnuniyetsizliği görünüm odaklı dikkat dağılımlarıyla pozitif yönde ilişki olduğu söylenmektedir. Kişilerin partneri karşısında nasıl görüneceği konusunda kaygılanması, partnerinin cinsel birliktelik esnasında kişinin bedenini nasıl algılayacağı gibi düşünceler bu duruma örnek olarak verilebilmektedir (Meana ve Nunnink, 2006).

Yapılan bir araştırmada cinsel ilişki esnasında beden kaygısı olan kadınların cinsel aktiviteden daha fazla kaçındıkları bulgular arasındadır. Buna ek olarak, aşırı derecede beden algısı farkındalığı olan kadınların, beden memnuniyetsizliklerinden dolayı kendilerine daha az güvendikleri ve cinsel birliktelikten kaçındıkları öne sürülmüştür (Wiederman, 2002). Bir başka çalışmada ise bedenini olumsuz algılayan hem kadınların hem erkeklerin cinsel aktiviteden kaçındığı söylenmektedir (Faith ve Schare, 1993). Buna paralel olarak, görünüşünü olumsuz olarak değerlendiren kişilerin, görünüşüne verdiği önemin daha fazla olduğu ve cinsel ilişki esnasında bedenlerine daha çok odaklandığı bulunmuştur (La Rocque ve Cioe, 2011). Bedeninden memnun olmayan kişilerin kendilerine duydukları az sevgiden dolayı cinsel birliktelikleri engelledikleri ve cinsel sorunlar yaşamaya daha meyilli oldukları söylenmektedir. Dolayısıyla bu kişilerin cinsel deneyimleri daha kısıtlı kalmaktadır (Cash ve ark, 2004). Bir diğer araştırmanın bulguları arasında ise bedeninden daha az memnun olan kadınların partnerleri önünde soyunmakta ve ışıklar açıkken cinsel birliktelik yaşamakta bedeninden memnun olan kadınlara kıyasla rahatlık seviyesinin daha düşük olduğu bulunmuştur (Ackard ve ark., 2000).

1.3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi

1.3.1. Romantik İlişkiler

Romantik ilişkiler ve aşk, kişilerin hayatında önemli bir yer kaplamakta olup, kişilerin hayatını daha anlamlı kıldığı öne sürülmektedir (Atak ve Taştan, 2012). Geçmişten bugüne aşk'ın tanımlarına genel olarak bakıldığında; Freud için cinsellik; Fromm için bakım, saygı, anlayış ve sorumluluk olarak tanımlanmaktadır (Moss ve Schwebel, 1993). Aşk ve romantik ilişki konseptleri birbirlerini karşılayan kavramlar olarak tanımlanıyor olsa dahi, romantik ilişki aslında partnerler arasında duygusal bağın genel ismi olarak geçmektedir (Şimşek, 2018).

Romantik ilişkinin tanımı zaman içerisinde bir çok kişi tarafından yapılmıştır. Gottman tarafından 1998'de karşılıklı pozitif duygular, hayatı paylaşmak ve ortak aktivitelere katılmak olarak tanımlanmıştır. Bir diğer taraftan iste Sternberg tarafından 1986'da kişilerin özgür

iradesiyle partnerini seçtiği, tutku, bağlanma ve yakınlık içeren arkadaşlık ilişkisi olduğu vurgulanmaktadır. Romantik ilişkilerin çekirdeğine bakıldığında zaman en öncelikli olarak karşılıklı çekimden bahsetmek gerekir. İlişkiyi başlatan çekim kavramının fiziksel veya sosyal olarak tanımlanabilecek bu boyutlarla birlikte ilişkiyi sürdüren etmenlerden biri olduğundan bahsedilmektedir. Ancak bir ilişkinin başlaması veya sürdürülmesindeki faktörler arasındaki çekim olsa dahi, tek başına yetersiz olarak görülmektedir. Partnerler arasındaki iletişim, güven, kişilik özellikleri, tutumlar, tutku, bağlılık gibi faktörlerin de önemli bir yeri olduğu söylenmektedir (Solmuş, 2010).

Romantik ilişki kavramı, iki cinsiyet arasındaki bağlılık, tutku ve emosyonel bağ ile oluşan ve bunların karma bir kombinasyonu ile anlaşılan bir kavram olarak açıklanmaktadır (Gizir, 2013). Çağlar boyu insanların zihinleri meşgul eden ve ilgi çekici bir konu olan aşk ve romantik ilişkiler, sadece aşk boyutuyla kalmayıp aidiyet, destek ve bağlanma gibi özellikleri de kapsamaktadır (Kalkan ve Yalçın, 2012).

Romantik ilişkilerin temelleri, ergenlik döneminde kurulan yakın ilişkilerle atılmaktadır. Yakınlık, karşılıklılık, fiziksel ve duygusal doyum gibi kavramlar ergenlerin arkadaşlık ilişkilerinde pratik yapmış olmayı ve deneyim kazanmayı sağlamaktadır (Douven ve Adelson, 1966; Furman ve Wehner, 1997; Sullivan, 1953). Bununla paralel olarak değerlendirildiğinde erken başlayan arkadaşlıkların kaliteliliği, ilerleyen dönemdeki ilişkiler için rehber niteliğinde olup, aynı şekilde romantik ilişkilerdeki aranan ve ihtiyaç duyulan kaliteye de katkı sağlayacağı öngörülmektedir (Zimmer-Gembeck, 2002).

Yetişkinliğe geçiş aşamasında, gençlerde aileye dair bağlılıkta zayıflamalar olduğu bilinmektedir. Yetişkin sorumlulukları ve rollerine doğru geçiş aşaması, ergenlik döneminden çıkılmasıyla başlamaktadır (Sağkal ve Özdemir, 2018). Buna paralel olarak, yetişkin rollerinin üstlenilmesi ile partner arayışları ve romantik ilişkilere verilen önemin arttığı söylenmektedir. Cinsel birlikteliğe dair yoğun arzu ve partnerle kurulan cinsel fanteziler de bu sürece eşlik etmektedir (Shulman ve Connolly, 2013). Yetişkinlik ve ergenlik dönemi romantik ilişkiler noktasından birbiriyle kıyaslandığında, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerde bağlılık ve derinliğin, ergenlik dönemine göre daha fazla olduğu söylenmektedir.

Yetişkinlikte kişilerin kendini ve değerlerini daha keskin sınırlarla tanımasıyla birlikte, partnerlerin kendi benliklerini ortaya koyması ilişkinin kalitesinin önemini arttırdığı öne

sürülmektedir (Sağkal ve Özdemir, 2018). Ancak romantik ilişkiyi sadece partnerle olan mutluluk veya ilişki içerisindeki mutluluk olarak kısıtlamak mümkün değildir. Yapılan bazı çalışmalar, romantik ilişkilerin yetişkinlik döneminde sosyal bağlantıların büyük bir parçası olduğu bulgular arasındadır. Bu bilgiye dayanarak, romantik ilişkilerde olan bağlılık, yakınlık ve kendini adama gibi kavramlar kişinin bireysel mutluluğunu etkilemekte olup, bireysel mutluluğa ek olarak romantik ilişki içerisinde partnerlerin birbiriyle olan mutluluğunu da etkilediği söylenmektedir (Saçaklı, 2019).

“Romantik deneyim”, davranışsal, zihinsel ve duygusal olmak üzere partnerle yaşanan gerçek deneyimlerin de ötesinde, ilişkideki çeşitliliği ifade eden bir kavramdır (Collins, Welsh ve Furman., 2009). Farklı yaşlarda romantik ilişki görülebilir ancak ilk tohumları ergenlik döneminde atılmaktadır. Ergenlik dönemindeki romantik birliktelik, çok uzun süreli olmayıp, eğlence ve tecrübe hedeflerinin etrafında dolaşmaktadır (Feiring, 1996; Akt., Küçükaslan ve Gizir, 2014). İlişkilerin nispeten daha önem kazandığı yetişkinliğe ilk geçiş evrelerinde bağlılık içerdiği düşünülmektedir. Tüm bunlara bakıldığında, kişilerin romantik ilişkiye dair algıları, düşünceleri ve beklentileri sadece romantik ilişki odaklı kalmayıp kişilik gelişimine de katkıda bulunduğu söylenmektedir. Genç yetişkinlik döneminde tecrübe edilen ilişkilerin, kişilerin ilerleyen dönemde evlilik kalitesinde de öneminin büyük olduğu söylenmektedir (Küçükarslan ve Gizir, 2014). Romantik bağlantılar yoluyla gençlerin üç temel gelişim özelliği gösterebildiği söylenmektedir. Birincisi, gençlerin kendilerine dair oluşan kimlik, ikincisi ilişkide kurulan yakınlıkla kişilerin kendilerini geliştirmeleri ve son olarak ilişkilerin temeli sayılan cinselliğin getirdiği cinsel istek ve dürtülerde işlevli, sağlıklı ve kontrollü bir şekilde başa çıkabilmek olarak tanımlanmaktadır (Feldman ve Gowen, 1998).

Aşk kavramı, bir çok kişinin yaşamının bir döneminde deneyimlediği veya deneyim hayali kurduğu bir kavram olarak geçmektedir. Geçmiş dönemlerde, bir çok çağda, toplumda ve kültürde aşk kavramından bahsedilmektedir. Aşk, partnerlerin dinamikliğinden ve özgünlüğünden yola çıkarak benzerlikler olsa dahi bir çok noktada birbirinden ayrılmaktadır. Aşk ve romantik ilişkileri tanımlarken, tek bir tanım yapabilmenin mümkün olmadığından bahsedilmektedir.

Romantik ilişkilerde kabul edilen ilişki yapısının ayrıştırıcı beş özelliği olduğu öne sürülmüştür. Kişinin flört etmeye başladığı yaş, flörtün sıklığı veya flörtün olup olmaması durumu şeklinde açıklanmaktadır. Bir diğeri ise kişilerin hangi kişileri seçtiğine ilişkin olarak

eş seçimi kavramıdır. Üçüncü ayırt edici faktör, romantik ilişki sürecinde paylaşımlar, sosyallik, iletişim ve değerleri ifade eden ilişki içeriğidir. İlişki kalitesi dördüncü faktör olup, ilişkiden edinilen yararlı kazanımları kapsamaktadır. En son özelliğe bakıldığında ilişkileri birbirinden ayıran, algılamaları, şemaları ve beklentileri içine alan duygusal ve bilişsel ilerleme olduğu söylenmektedir (Saraç ve ark., 2015).

İlişkinin devamlılığının, hem nitelik hem süre açısından tatmin ediciliği desteklediği söylenmektedir (Dindia ve Canary, 1993). Bunlara ek olarak, fiziksel çekicilik, ileride evlilik planlanması, sorunlarla başa çıkma becerisi, açıklık, ortak aktiviteler, mizah gibi faktörlerin etkililiğinden de bahsedilmektedir (Canary ve ark., 1993; Eryılmaz ve Ercan, 2010). Partnerlerin birbirleriyle iletişim kurma becerisi, ilişkiyi içeren tutum, inanç, değerleri ve ilişkinin amacı gibi konuları belirlemek, her bir partnerin temel görevlerinden olduğu vurgulanmaktadır.

1.3.2. Romantik İlişkiler İle İlgili Kuramlar

1.3.2.1. Aşk Stilleri Kuramı

Sosyolog John Alan Lee (1973)'e göre, aşkın çok yönlü bir kavram olduğu savunarak tek çeşidi olmadığını belirtmektedir. Aşk'ın üç ana rengi temsil edeceği betimlemesiyle aşkın da üç ana biçimi olduğundan bahsetmektedir. Bu bilgiden yola çıkarak aşk'ın altı adet biçimi olduğunu öne sürmektedir ve bunların kendine has özellikleri olduğunu savunmaktadır. Tutkulu aşk (eros), oyun gibi aşk (ludus) ve arkadaşça aşk (storge) olarak tanımladığı üç ana aşk biçimi bulunmaktadır. Bu üç biçimin toparlanması ile ikincil aşk şeklini oluşturarak, mantıklı aşk (pragma), sahiplenici aşk (mania) ve özgeci aşk (agape) kavramları ortaya çıkmıştır. Bu kavramların detayında 'arkadaşça aşk' ve 'oyun gibi aşk' mantıklı aşk'ı, 'tutkulu aşk' ve 'oyun gibi aşk' sahiplenici aşk'ı ve 'tutkulu aşk' ve 'arkadaşça aşk' çeşitlerinin birleşimiyle özgeci aşk kombinasyonları şeklinde ele alınmıştır (Hovardaoğlu-Büyükşahin, 2004).

Tutkulu aşk, idealleri içermekte ve fiziksel görünüm ve güzellik kavramlarını kapsamaktadır. Bu biçimdeki aşk, kuvvetini tensel çekim ve fiziksel görünümünden aldığı öne sürülmektedir. İletişime açıklık, karşılıklı sevecenlik, güçlü bağlılık ve bu güç için tehlikeyi göze alabilme durumunun tutkulu aşk'ın ek özelliklerinden olduğu söylenmektedir. Oyun gibi aşk, yakınlık ve bağlılıktan ziyade asıl eğlencenin yer aldığı biçimdir. Heyecan arayışının ve cinsel hazzın baskın olduğu söylenmektedir. Arkadaşça aşk ise ilgi, tutku ve ortak değerler ön plana çıkmaktadır (Türk ve Yıldız, 2017).

Yapılan bir çalışmada, flört ilişkilerine kıyasla sözlü ve/veya nişanlılarda tutkulu aşk şeklinin anlamlı olarak fazla; özgeci aşk için ise flört ilişkisi olanlarda daha düşük sonuçlar elde edilmektedir (Büyükşahin, 2006). Yapılan bir diğer çalışmanın sonuçları incelendiğinde ise ilişki doyumu ve arkadaşça aşk arasında herhangi bir bulguya ulaşılamamıştır (Beştav, 2007). Cinsiyetler arası yapılan bir araştırmada ise ilişkilerde erkeklerin kadınlarla kıyaslandığında daha özverili oldukları öne sürülmüştür. Buna ek olarak, erkeklerin partneri kaybetme korkusundan dolayı kişiye daha fazla bağlılık gösterebileceği, erkekler ve kadınlar arasındaki aşka ilişkin tutumlarda farklılık olabileceği söylenmektedir (Tüfekçi, 2008).

1.3.2.2. Üçgen Aşk Kuramı

Yakınlık, tutku ve karar/bağlılığın, üçgenin köşelerini oluşturduğu öne sürülmektedir. Yakınlık kavramı, romantik ilişkilerde partnere bağlı ve yakın olmayı göstermektedir. Buna paralel olarak, ilişkideki samimiyet ve sıcaklık hissine öncülük eden duyguları içermektedir. Tutku ise, dürtüleri temsil eden ve içeriğinde fiziksel çekicilik, cinsel deneyim, sevgi gibi kavramları barındırmaktadır. Son olarak karar/bağlılık incelendiğinde, kişilerin kısa vadedeki sevgiye karar vermesi ve uzun vadede verdiği sevgiyi sürmesi olarak tanımlanmaktadır. İçerdiği bilişsel faktörler, bu kararda rol oynamaktadır (Büyükbayraktar, 2015).

Belirtilen üç kavram, bir üçgendeki üç köşenin her bir noktaya denk düşmekte olmasından dolayı Üçgen Aşk Kuramı olarak anılmaktadır. Üçgendeki tüm bu kavramların, kişilerin sıcak ve yakın bir romantik ilişki yaşamasına öncülük etmekte olduğu öne sürülmektedir. Bu rehberlikte, romantik ilişkide kişilerin birbirine verdiği değer arttığı ve bunun için çabaladığı düşünülmektedir. Ancak, tüm romantik ilişkilerde bu üç kavram bir arada olacaktır diyebilmek mümkün değildir. Üç kavramın da bir arada olduğu ilişkilerin varlığı gibi, birbirinden ayrı ayrı kombinasyonlar içeren ilişkilerin de var olduğu söylenmektedir. Kişi, partnerine yakınlık hissedebilir ancak tutku ve bağlılık hissetmeyebilir. Bir diğer taraftan kişiler, tutku duyduğu kişiye yakınlık veya bağlılık hissetmeyebilir. Özetle, bu üç kavramın bir arada olduğu, bir kavramın olup diğer ikisinin olmadığı veya iki kavramın olup bir tanesinin eksik olduğu ilişki türleri de görülebilmektedir. Tüm bu kombinasyonlara bakıldığında, sekiz ayrı aşk türü ortaya çıkmaktadır. Yalnızca yakınlık var ise, beğenme/hoşlanma; yalnız tutku var ise çılgınca aşk ve yalnız bağlanma var ise boş aşk olarak ifade edilmektedir. İkili kombinasyonlar ele alındığında yakınlık ve bağlanma var ise arkadaşça aşk; yakınlık ve tutku var ise romantik aşk; tutku ve bağlanma var ise aptalca aşk ortaya çıkmaktadır. Üçgen Aşk

Kuramının üç kavramı da romantik ilişkiye dahilse bu ilişki, mükemmel ilişki olarak geçmektedir. Eğer, ilişki bu üç kavram da yok ise aşksızlık olarak değerlendirilmektedir (Gülsün ve Bozkurt., 2009).

1.3.3. Romantik İlişki Kalitesi

Paylaşmak, sosyalleşmek ve iletişim kurmak tüm bireylerin yaşamı gereği ihtiyaç olduğu etkileşimlerdir. Romantik partnerlerin hem duygusal hem davranışsal açıdan birbirlerine yaklaşımları, ilişkinin devam etmesini öngördüğü ve aynı zamanda mevcut ilişkinin kalitesini de etkilediği öne sürülmektedir (Connolly ve Johnson, 1996). Partnerler arasında sağlıklı ve kaliteli ilişkiyi oluşturan bir çok kavramdan bahsedilmektedir. Zihinsel, duygusal ve davranışsal bileşenler de ele alındığında, kişilerin birbirlerine karşı düşüncelerini, duygularını, iç dünyasını ve bedenini bir başkasına açma hali olarak da düşünülmektedir.

Kişilerin iyilik hallerinin en büyük sürdürücü faktörlerinden biri, olumlu devam eden romantik ilişkidir. Aynı şekilde olumsuz süren bir romantik ilişkinin kişilerin yaşamına etkisi negatif yönde olmaktadır (Braithwaite ve ark., 2010). Tüm bunlarla birlikte, ilişkinin kalitesi incelendiğinde, aidiyet ihtiyacının karşılanıyor olup olmamasıyla da ilgili olduğu söylenmektedir (Galliher ve ark., 1998). Aynı şekilde ilişkideki partnerlerin beraber güzel ve eğlenerek vakit geçirmeleri doyumu arttırarak ilişki kalitesini arttırıcı özellikte olduğu öne sürülmektedir (Glasser, 2003).

Fletcher ve arkadaşları tarafından romantik ilişki kalitesinin düzeyinde etkili olduğu söylenen 6 boyuttan bahsedilmektedir. Bu 6 boyut; doyum, güven, yakınlık, tutku, adanmışlık ve aşktır. Buna ek olarak, romantik ilişki kalitesinin düzeyi kişilerde bir çok duyguyu etkilediği söylenmektedir. Algılanan romantik ilişki kalitesi yüksek olduğu takdirde ilişkide yakınlık, doyum, aşk veya tutku gibi boyutların varlığını göstermekle birlikte, bunların eksik veya düşük kaldığı romantik ilişkilerde partnerler kaygı, öfke, gerginlik, kısmi çatışma veya kontrolcülük gibi duygu ve davranışları yaşabilmekte olduğu öne sürülmektedir (Galliher ve ark., 2004).

1.4. Romantizm ve Eş Seçimi

1.4.1. Eş Seçimi

Eş seçimi, evlenilebilecek, uzun süreli ilişki kurulabilecek ve bağlanabilecek bir partner aramayı içeren geniş bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Brackett, 2016). İlgili literatür

incelendiğinde yapılan araştırmalar ve makaleler, eş seçimindeki faktörleri, evlilik biçimleri ve kültürel olarak evlilik anlayışlarına ilişkin bulguları yansıtmaktadır (Bilen, 1983; Güvenç, 1989; Knox, 1979; Özügürlü, 1985). Kişilerin romantik ilişki ve evlilik için beklentilerini belirlemiş ve önceliklendirmiş olması, eş seçiminin başarı ile sonuçlanmasına yardımcı olduğu söylenmektedir. (Ceylan, 1994).

Statü, ekonomik refah ve fiziksel çekicilik gibi kavramların cinsiyetler karşılaştırılarak bakıldığında kişilerin seçtikleri eşte kendileriyle kıyaslandığındaki bulgulara göre olduğu söylenmektedir. Bu araştırmanın bir bulgusu olarak erkeklerin beklenti düzeylerinin kadınlarla karşılaştırıldığında daha fazla olduğu bulunmuştur (Kandiyoti, 1977).

Cinsiyetler arası farklılıklar değerlendirildiğinde, birçok alanla birlikte kaygılarda da farklılık görülebilmektedir. Kadınların, kaygıları ve beklenti oranları erkeklere kıyasla daha yüksek olarak bulunmuştur. Romantik ilişkilerde partnerler problem yaşadığında erkekler kaçınmacı bir tutum sergilerken kadınların daha hassas ve yüzleşmeci bir tutum sergiledikleri söylenmektedir. Bir diğer fark ise erkekler, olası bir eş seçiminde öncelik olarak fiziksel çekiciliği değerlendirmektedir. Bu bilgi ışığında, erkeklerin gördükleri ilgiden ilk buluşma esnasında etkilenme oranı kadınlara kıyasla daha yüksek olabilmektedir (Küçükarslan ve Gizir, 2014).

Evlenmeyi düşünen kişilerde, kiminle evlenmek isteyebileceği ve kiminle asla evlenmek istemeyeceği zamanla şekillenmeye başlar ve “ideal eş” kavramı kişilerin zihinlerinde belirginleşmeye başlamaktadır (Özgüven, 2000). Aranılan özellikler İdeal eş seçimi standardı, mükemmel bir eşte istenen nitelik ve nicelikler anlamına gelmektedir (Eastwick ve ark., 2014). Bu ideal standartların evlilik kararı verilirken önemli olduğu vurgulanmaktadır (Conroy-Beam ve Buss, 2016). Tüm bunlara ek olarak, ideallerin ne olduğu değil aynı zamanda eşinin bu ideal standartlara ne ölçüde uyduğu da ilişki doyumu ve sürekliliği etkilediğinden, bu faktörlerin önemli olduğu söylenmektedir (Fletcher ve ark., 1999; Kohn ve Sayers, 2005).

1.4.1.1. Eş Seçimi ile İlgili Modeller

1.4.1.1.1. İdeal Standartlar Modeli

Potansiyel partner, mevcut partner ve romantik ilişkiler üzerine değerlendirme yapabilmek adına geliştirilmiştir. Romantik ilişkinin ideal standartları üzerine ulaşılabilir eş ve ilişki ideallerini değerlendirmek amacıyla kişilerin değerlendirme yaparak ideal eşe

ulaşabileceğini savunmaktadır. İdeal Standartlar Modeli, sosyal psikolojinin romantik ilişkilerle ilgilenen kısmına dikkat çeker ve en önemli teorilerinden biri olarak bahseder. Bu teori, ilişki kalitesi algılarının, insanların algıladığı ödüller arasındaki tutarsızlığın bir fonksiyonu olduğunu varsayar. Buna ek olarak, iki tür kıyaslama standardı olan kişilerin ilişkilerde hak ettiklerini hissettikleri ve alternatif bir ilişkide neye ulaşabilecekleridir.

Evrimsel bakış açısından yola çıkan bu teori, özellikle ideal eş seçimi noktasından ortaya atılmıştır. İkinci olarak ise bu teori, ikili ve işlevsel bir yaklaşımı benimsemektedir. Algılanan tutarsızlıkların nasıl duygu, düşünce ve davranış olarak romantik ilişkileri etkilediğini keşfetmeyi hedeflemektedir. Tutarsızlık ne kadar büyükse, ilişkiye veya partnere bağlılık veya doyum o kadar düşük olduğu öne sürülmektedir (Rusbult ve ark., 2001). Evrimsel teoriden alınan bilgiyle, kişiler eşlerini üç farklı başlıkta değerlendirerek seçtiği söylenmektedir. İlk olarak sıcaklık ve güven, ikinci olarak çekicilik ve sağlıklılık, üçüncü ve son olarak kişinin kaynakları ve sosyal statüsü olarak bahsedilmektedir (Buss ve Schmitt, 1993). Partnerin yakınlık ve sıcaklığını önemseyen kişilerin, işbirlikçi bir partner bulma şansının yüksek olduğunu ve kendini adayan bir ebeveyn olacağını öne sürmüştür. Bir diğer taraftan ise, çekicilik ve sağlıklıya odaklanan kişilerin, kendinden yaş olarak genç, sağlıklı ve belki daha doğurgan bir kişiyle olma ihtimali yüksektir. Partnerinin sosyal statüsü ve kaynaklarını önemseyen kişilerin ise, sosyal hiyerarşiyi yükseltebilen ve değerli bir sosyal statüye sahip olan ya da olabilecek, diğer insanlarla rahatlıkla koalisyon kurabilecek bir eş edinme olasılığının daha yüksek olduğu söylenmektedir.

Ergenlik döneminde romantik partner seçerken ergenlerin dikkat ettikleri bir kaç şey bulunmaktadır. Akademik başarı, popülerite ve çekicilik bunlardan birkaçıdır (Haynie ve ark., 2005). Buna ek olarak seçilen partnerlere ilişkin beklentiler ilişkiye de yansımakta olduğu öne sürülmüştür. Bazı erkekler partileyecekleri bir partner ararken, bazıları ise hayatında zorlandığı alanlarda destek olabilecek kişileri tercih etmişlerdir.

Geçmiş jenerasyonlara kıyasla günümüzde eş seçiminde dramatik değişimler olduğu yapılan bir araştırma tarafından öne sürülmüştür. Günümüzde kişiler, eş seçiminde sıklıkla cinsellik aradığı ve duygusal bağı ikinci plana attığı vurgulanmaktadır (Stepp, 2007).

Romantik ilişkilerin hepsini etkileyen ve kişilerin hayatının devamında büyük önem arz eden eş seçimine etki eden en temel faktör, inançlardır. Duygular ve davranışlarla birlikte

ilişkideki doyum düzeyini de etkilemekte olduğu öne sürülmüştür. Kişinin, aradığı kriterlere uygun bir eş arayışı sürecindeki çabaları, problemler için çözüm yollarını kısıtlayan ve engelleyen bireysel inançlar olarak bahsedilmektedir. Ancak bu gerçekçi olmayan inançlar, romantik ilişkilerle ilgili aşırılık içeren beklentiler yaratabilir. Gerçekçi olmayan bu beklentiler partnerler arasında problem yaratabilir ve ilişkilerde hayal kırıklığına sebep olabilir (Wright, 1992). Gerçekçi olmayan beklentiler, ilişkiler hakkındaki inançlara dayanır ve ilişkilerde yakınlığın aşırı gerekliliğine odaklanarak koşulsuz bir şekilde şartlara ve “-meli, -malılarla” şekillenir (Kayser ve Himle, 2002). Eş seçimlerinde sınırlandırıcı inançlar 1992’de Larson tarafından şu şekilde tanımlanmıştır;

1- Yalnız ve tek doğru boyutu

Bahsedilen sınırlandırıcı inanca göre kişi, insanların evlenebileceği “yalnız ve tek” doğru olduğudur. Kişiler, yalnız ve tek doğru boyutuna inandığı takdirde akla gelebilecek ve olumsuz sonuç oluşturabilecek bir çok soru ve sonuç bulunmaktadır. Bu sorunlardan biri, kişiler tek doğru kişi olduğu inancından ve ideal eşinin bir şekilde ve aniden karşısına çıkacağını düşündüğünden, başka birilerini tanımaya yönelik flört etmek veya başkalarını daha yakından tanımak gibi çabalara girmediğinden bahsedilmektedir. Eğer bu inanç gerçekçi olsaydı, kişiler birden fazla partneri veya birden fazla partnerle evlilik olmazdı. Bu gerçekçi olmayan inancın alternatifi şu şekilde olmalıdır; Mutlu bir evlilik ve ilişki yaşayabileceğimiz birden çok partner vardır.

2- Beraber Yaşama Boyutu

Bahsedilen inançta kişiler evlilik öncesi partnerleriyle aynı evde yaşamayı önemserler. Eğer ki evde beraber yaşarlarsa, evlilik süreçlerinde de mutlu olma ihtimalinin artacağına inanmaktadırlar. Rasyonel inanç değerlendirildiğinde kişiler aynı evi paylaşarak birbirlerini daha iyi tanıyor olsalar dahi, bu deneyim evlilikteki mutluluğun garantisi niteliğinde olmadığıdır.

3- Aşk Yeterli Boyutu

Bu inanca sahip kişilere göre evlilik ve mutlu bir ilişkinin tek yolunun sevgiden geçtiği söylenmektedir. Romantik ilişki veya evlilik için sevgi gerekli olsa da, yeterli değildir. Bu sınırlandırıcı inanca karşıt ve daha gerçekçi olan düşünce ise; aşk önemlidir ancak doyumu etkileyen diğer etkenler de göz önüne alınmalıdır.

4- Çaba Göstermeme Boyutu

Bu inanca sahip olan kişiler, aradıkları ilişkiyi bulmak için çok fazla çaba göstermelerine gerek olmadığını düşünürler. Buna ek olarak, ilişkiyi sürdürebilecek faktörlerden olan çabalamak, partner tarafından beklenebilmektedir.

5- Zıt Kutuplar Boyutu

Bu inanca sahip olan kişilerin evlenmek için seçtiği partnerlerde kendi özelliklerinden farklı özelliklere sahip birini seçme eğilimi bulunmaktadır. Kişi, kendini eksik gördüğü özelliklerini telafi etmek ve öz-gelişim yerine kendinden zıt özelliklere sahip birini seçerek, partneriyle telafi yoluna gidebilir.

6- Tam Güven Boyutu

Bu inanca göre, evliliğin iyi yürüyebileceğinden emin olduğu takdirde romantik partneriyle evlenebileceğini düşünmektedir. Bir kişiyle evlenmek veya ilişki kurmak için, partner adayına her bağlamda tam güven duyulması gerektiğine inanmaktadırlar. Ancak, kimseden tam güven olamayacağı veya tam güven olsaydı ayrılıklar ve boşanmalar gerçekleşmezdi.

7- İdealleştirme Boyutu

Bu inanca sahip kişilerde partnerleri kişiler için bütünüyle ideal olmasa dahi partnerle evlenebileceği ile ilişkilidir.

1.4.2. Eş Seçimine Etki Eden Faktörler

Eş seçiminde cinsiyet, eğitim, ekonomik durum gibi faktörlerin yanında kişilerin inançlarını etkileyen sınırlandırıcı faktörler de bu süreçte etkili olduğu söylenmektedir. İlgili literatüre bakıldığında eş seçimiyle ilgili teorik çerçeve belirlenmiştir.

1.4.2.1. Psikoanalitik Teori

Sigmund Freud tarafından geliştirilen ve eş seçiminde önemli olduğu söylenen psikanaliz, insan davranışlarının açıklanmasında cinsellik ve doyumun gerekliliğinden ortaya çıkmıştır (Freud, 1910). Psikoseksüel gelişim dönemlerine bakıldığında; oral, anal, fallik, latens, genital dönem olmak üzere beş ayrı döneme ayrılmaktadır. Yaşamımızın ilk beş yılının sonunda kişilik özelliklerinin oluştuğu, 3-6 yaş aralığında fallik döneme giriş yapan kişilerin karşı cinsiyetteki ebeveyne cinsel çekim duyduğu söylenmektedir. Bu teoriye göre, fallik

dönemde gerçekleşen fiksasyon, erkek partnerin anneyi ve kadın partnerin babayı anımsatma eğilimiyle ilişkili olarak eş seçtikleri öne sürülmüştür (Pines ve Nunes, 2003). Fallik dönemde gerçekleşen ödipal kompleksi çözümlemekte başarısızlık olduğu takdirde, erkekler annelerine benzeyen, kendinden yaşça büyük veya annenin tamamen tersi kadınları eş olarak seçmeye yönlendirebilir (Kaya, 2002). Elektra kompleksi çözülmemiş olan bir kadın ise, babasına benzeyen veya babasının tam zıttı olan erkekleri seçebilmektedir (Efe, 2013).

Freud'un eş seçimine bakışı incelendiğinde; kişilerin seksüel ve romantik deneyimleri ödipal dönemdeki deneyimleriyle bağlantılı olduğunu savunmaktadır (Freud, 1949). Kişilerin, çocukluk döneminde ebeveynleriyle sahip olduğu ilişki, yaşamının ilerleyen dönemindeki romantik ilişkilerini etkilemektedir. Çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişki bozulduğunda, bu çocukların yetişkinlik dönemindeki ilişkileri de aynı düzende olacağı öne sürülmektedir (Freud, 1910). Yetişkinlik döneminde her iki cinsiyetin de anne veya babadan kopmakta zorlanması, eş seçimi yapamıyor oluşu, anne ve babadan kopma girişimlerinde duyulan suçluluk ve buna paralel olarak aşırı bağıllık gösterme ve cinsel birliktelik kaçınma, soğukluk, güçsüzlük gibi özellikler de görülebilir (Kaya, 2002).

Tüm bunlara bağlı olarak, kişilerin partner seçiminin şansa bağlı olmadığı ve bilinçdışı olarak çocukluk dönemindeki deneyimlerin detaylı düşünülmesi ile seçildiği söylenmektedir (Pines ve Nunes, 2003).

1.4.2.2. Sosyal Rol Teorisi

Eagly tarafından ortaya atılan bu teoremin savunduğu, kişilerin cinsiyetinin kültür tarafından oluşturulan çerçevede gelişen sosyal roller tarafından belirlendiğidir. Aynı zamanda bu teori, eş seçiminin kültürel beklentilerle şekillendiğini savunmaktadır (Valentine ve Li, 2012). Kadınların ve erkeklerin, sosyal rollerin atadığı ve sergilenmesi beklenen maskülen ve feminen davranışları sosyalleşmek için öğrenmesi beklenmektedir (Wood ve Eagly, 2002). Aile disiplini, ev işleri ve fiziksel güzellik kadınlara aktırılmışken; fiziksel olarak güçlü olmak, para kazanmak, statü sahibi olmak ve özgüven gibi kavramlar erkeklere aktarılmıştır (Eagly ve Wood, 1999). Buna paralel olarak kişilere aktarılan bu sosyal roller, kadınlarda ve erkeklerde partner seçimini de bu yönde etkilediği söylenmektedir (Stuckert, 1973).

1.4.2.3. Evrimsel Teori

Darwin'in (1859) geliştirdiği evrimsel teorinin temel bilgilerine dayanarak, kişilerin eş seçimi sũreçleri tanımlanmıştır. Canlıların dış dũnyadaki tũm değişimlere ayak uydurabildiğini savunan Darwin (1859), hayatta kalmayı ve yaşamayı sũrdũrmeyi becerbilmiş olan canlıların doğal seşilim yoluyla seşildiğini eklemektedir. Doğal seşilim, gũçlũ olan hayatta kalır şeklinde kısaca ȳzetlenmektedir. Canlıların, eş seçiminin tarihi sũrecinin bir sonucu olduğunu savunan evrimsel dũřũnceye gȳre kadınlar ve erkekler, şeşitli yȳntemler geliştirerek ũremek zorunda kaldığından bahsetmektedir. Eş seçim yȳntemlerini "cinsel seçim" ile aēıklayan evrimsel yaklaşım, erkekte ve kadında bu yȳntemlerin farklı şekilde olduğunu ȳne sũrmektedir. Soyun devamı iēin erkekler, doğurganlığın belirtileri olan fiziksel niteliklere gȳre tercih ederler. Diri beden, dolgun dudaklar, pũrũzsũz cilt, canlı dişler bunlara ȳrnek olarak verilebilir (Symons, 1979). Kadınların ise eş seçiminde dikkat ettikleri ȳzellikler olarak sosyoekonomik durum, terkedilmeme isteği ve ũreme kapasitesi gibi faktȳrlerden bahsedilmektedir (Buss, 1999).

1.4.2.4. Bağlanma Teorisi

Bowlby tarafından 1969'da gelişen bu teori, çocukken ana bakım verenden ayrı kalındığı noktada çocuğun duygusal tepkilerini incelemektedir. Bebekler, bakım verenleri yanlarında olduklarında, sağlıkları yerinde olduklarında, aile ve çevreyle yakın ilişkiler kurduklarında korkmadıkları ȳne sũrũlmektedir. Bu duruma destek olan gũvenli temel bağlarla, bağlandıkları diğer kişinin her ihtiyaç olduğunda yanlarında olacağına dair duydukları gũven duygusuyla korku ve yoğun kaygı gibi duyguları daha az deneyimlemektedirler (Bowlby, 1973).

Çocukluk dȳneminde ana bakım veren ile çocuğu kurduğu ilişkinin kalitesi, çocuğun ilerleyen dȳnemdeki yeterliliği ve değerliliğine dair benlik imajları ve diğer insanlara ne derece gũvenilmesi gerektiğini şekillendirdiği sȳylenmektedir. Buradaki etkileşim temelinde ve kendilerine yȳnelik oluşan "benlik modeli" ile birlikte, bağlanma fiđũrũnũn ulaşılabilirliği de gȳz ȳnũne alındıktan sonra, diğer insanlara yȳnelik "başkaları modeli" gelişmektedir (Bowlby, 1988). Çocukluk dȳneminde bakım verenle geliştirilmiş olan bağlanma ȳrũntũsũ, yetişkinlikte de aynı şekilde devam etmektedir. Bu bağlanma ȳrũntũsũ, kişilerin yetişkinlik dȳneminde kurdukları yakın ilişki ve romantik ilişkilerde de sũrmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Romantik ilişkiler anlatılırken, bunun bir bağlanma süreci olduğu öne sürülmektedir. Güvenli bağlanma geliştirmiş olan kişiler, partneriyle daha rahat ve dürüst bir ilişki sürmekte olduğu söylenmektedir. Kaygılı/kararsız bağlanma geliştiren kişiler de ise aileleriyle olan ilişkiler bazen sıcak, rahat ve değerli iken bazen de reddedici olduğu söylenmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Kaygılı/kararsız bağlanma örüntüsüne sahip kadınlar, eşlerinden bekledikleri yeterli desteği alamadıkları ve eşleriyle çatışma yaşadıkları ileri sürülmüştür (Gallo ve Smith, 2001). Evliliği terkedilme endişesini azaltmanın bir yolu olarak gören kaygılı/kararsız bağlanan erkeklerin, güvenli bağlanan erkeklere kıyasla evlilik kararına yönelik daha hızlı adım attığından bahsedilmektedir (Senchak ve Leonard, 1992). Kaygılı/kararsız bağlanan erkeklerin, güvenli ve kaçınan erkeklere göre daha hızlı evlendikleri söylenmiştir ve buna ek olarak güvenli bağlanma örüntüsüne sahip kadınların ise daha az reddedici olduklarından bahsedilmiştir (Kobak ve Hazan, 1991).

Bağlanma teorisinin bakışına göre, eş seçmek demek partnerlerin romantik ve cinsel bir bağ kurması demektir. Teorinin temel felsefesi dayanağında, çocuklukta gelişmiş olan bağlanma örüntüsü eş seçimi ve evlilikte de kendini göstermektedir. (Bowlby, 1969). Kişilerin benimsediği bu davranış kalıpları ya partneriyle olan romantik ilişkisinde pekiştirildiği ya da ilişkinin gidişatına göre davranış değiştirildiği yönündedir. Romantik ilişkinin evliliğe dönebilmesi için, kişilerin birbirlerine karşı ilişkilerine dair güven duygusunun olması gerekmektedir. Eğer kişilerin güven duygusunda eksiklik var ise, eş seçimi sırasında problemler ortaya çıkar ve ilişkiyi de uzun süreli olarak sürdürmeyi zorlaştırır (Karataş, 2018).

1.4.2.5. Rasyonel Duygucu Davranışçı Teori

Ellis tarafından geliştirilen teori incelendiğinde, Epiktetos'un fikirlerine dayandığı öne sürülmektedir. Antik çağ düşünürlerin olan Epiktetos, bilişsel yaklaşım temelinden yola çıkarak kişilerin rahatsız hissetmesinin sebebinin deneyimlenen olayların kendisinden öte, bu olaya dair kişinin sahip olduğu bakış açısı olduğunu savunmaktadır (Ellis, 1962). Kişiler rahatsız hissettiklerinde, manevi kaynaklarına yönelmeyi tercih edebilirler. Bu noktada belirli inançlar geliştirip daha katı düşünce biçimleri sergileyebilirler. Bu düşüncelerin aynı zamanda davranışları da etkilediği bilgisinin zemininde ilerleyerek en temel akılcı olmayan inançlara ulaşılabilmektedir (Ellis, 1986). Buna paralel olarak kişiler romantik ilişkilerde geliştirdikleri akılcı olmayan inançları ortaya koyduklarında, partnerleriyle birlikte bu inancın çizgisinde bir hayat sürecektik oldukları öne sürülmektedir. Aynı zamanda akılcı olmayan bu inançlar kişilerin

davranışlarını önemli ölçüde etkilemesinden dolayı, eş seçiminde önemli bir kriter olmakla birlikte partnerler arasında uyumsuzluk ve tartışmalara da yol açabilmektedir (Karataş, 2018).

Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların güven, doyum ve bağlılık konularında negatif bir etkisi olduğu söylenmektedir (Eidelson ve Epstein, 1982). Birbirlerini koşulsuz şartsız kabul eden partnerlerde bu inançların getirebileceği zarardan öte, karşılıklı olarak düşünceleri ve dilekleri anlayarak daha doğru bir iletişim ve davranış geliştirebilirler. Bu bilgi doğrultusunda eş seçimi sürecinde eğer partnerlerin duyguları, düşünceleri ve davranışları karşıdakiyle uyumluysa, birlikte uzun bir süre geçirmeyi tercih edebilmektedirler (Ellis, 2004; Ellis, 1986).

1.5. Eş Seçimi ve Romantik İlişki Kalitesi

Eş seçimi, kişiler hayatında önemli ve kompleks bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Deneyim kazandıkça, kişiler ilişkiler hakkında inançlara sahip olur. Bu inançlar da ideal ilişkinin nasıl olabileceğiyle ilgili fragman niteliğindedir (Tuzer, 2016). Romantik ilişki deneyimleri sayesinde kişiler, ne tür ilişkinin ve partnerin onları memnun edeceği noktasında belirli inançlar ve beklentiler geliştirmektedirler. Bu inançlar kişilerin nasıl hissettiğini, olaylara nasıl tepkiler vermesi gerektiğini, hayat ve ilişkiden nasıl memnun olabileceklerini içermektedir (Özteke, 2015).

Eş seçimiyle ilgili tutumlar ve inançlar, kişilerin kendilerine uygun bir partner bulması ve evlenmesi olduğu söylenmektedir (Güngör ve ark., 2011). Ancak bu inanç ve tutumlar her zaman rasyonel olmayabilir ve bu bağlamda kişiler, partner seçimiyle ilgili gerçekçi olmayan sınırlılıklar gösterebilmektedirler. (Stackert ve Bursik, 2003). Rasyonel olmayan bu inançlar bilişsel şemalarla ilişkili olsa da, genellikle bozulmuş beklentilerle ilişkili olduğundan bahsedilmektedir (Fletcher ve Kininmonth, 1992).

Rasyonel olmayan inançlar romantik ilişkiyi negatif etkilerken, rasyonel olarak gelişmiş inançlar ilişkinin kalitesini arttırmakla kalmayıp, aynı zamanda kişinin bireysel mutluluğunda da etkili olmaktadır (Stackert ve Bursik, 2003). Sağlıklı romantik ilişkiler, kişilerin pozitif kişilik özellikleri ve yüksek özgüven geliştirmelerine destek olmaktadır (Furman, 2002).

Eş seçimini kendileri gerçekleştirmiş olan romantik ilişkilerde kişiler, karşılıklı olarak birbirlerinin tercihlerine saygı duydukları takdirde özgürlük ihtiyacının karşılandığı ve bu

karşılama birbirlerini destekledikleri anlamına gelmektedir (Galliher ve ark., 1998). Buna ek olarak, aynı aktivitelerden benzer keyif alan romantik ilişkilerde partnerler, ilişkiyi daha kaliteli algıladıkları da öne sürülmektedir (Glasser, 2003).

1.6. Eş Seçim ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Eş seçiminin evrimsel teorisi, fiziksel çekiciliğin, kadınlarda üreme yeterliliğini gösteren bir işaret olduğu öne sürülmektedir (Singh, 1993). Kadın güzelliğine erkeklerin koydukları standartlar evrimsel teorinin cinsel seçim kısmından olduğu söylenmektedir (Singh ve ark., 2010). Yani, bu teorinin bahsettiği kadınların bedenine aksedilen fiziksel özelliklerin doğurganlığı hakkında fikir verdiğini söylemekte ve bu durum da çekicilik olarak adlandırılmaktadır (Singh, 1993). Bu işaretler ise bel kalça oranı ve Vücut Kitle İndeksi olarak geçmektedir. Erkeklerin belirli bel kalça oranı ve belirli Vücut Kitle İndeksine sahip olan kadınları çekici bulduğu söylenmektedir. Ancak çekicilik konusunda zamanla birlikte topluluklar arası farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Tüm bunlara ek olarak, güzellik standartları da kültürel olarak etkilenmektedir (Rhodes, 2006).

Araştırmalar, erkeklerin eş seçiminde aradıkları özelliklerden bir kaçının gebe kalabilecek ve fertilesinin yüksek olduğu düşündükleri kişileri seçtikleri bulgular arasında olsa da, bu seçimde etkili olan birçok faktör vardır. Kadınların, erkeklerin kadın bedeni tercihleri algısına bakıldığında, ince kalma arzusu ve kilo verme baskısı ön plana çıkmaktadır (Fallon ve Rozin, 1985). Yapılan çalışmalara bakıldığında, kişilerin beden memnuniyetinin yüksek olması, cinsel deneyimi olumlu yönde şekillendiren bir faktör olduğu vurgulanmaktadır. Eğer partner, odağını beden görünümünden çok cinsel birliktelik esnasındaki hazza odaklıyorsa, bu durum kişinin partnerinin cinsel doyumunu arttırmasından dolayı, karşı taraf açısından iyi bir cinsel partner olarak algılanma olasılığı da artmakta olduğu öne sürülmektedir. (Dove ve Wiederman, 2000; Meana ve Nunnink, 2006).

1.7. Yeme Tutum ve Romantik İlişkiler

Romantik ilişkilerde partnerler, birbirlerinin bir çok duruma dair tutumunu etkilemektedir. Kilo, diyet, yeme düzeni gibi kişilerin günlük yaşamında olan ve hemen hemen herkes için farklılık gösterebilen tutumlarda da partnerlerin birbirini etkilemekte olduğu bilinmektedir (Markey ve ark. 2001). Partneri bozulmuş yeme tutumuna sahip bir kişinin, ilişki sırasında yoğun stres, olumsuz düşünceler ve duygular deneyimleyebilmektedirler. Buna paralel olarak, yoğun stres ve olumsuzluğun ön planda olduğu ilişkilerde, romantik ilişkinin de

etkilenmesi kaçınılmazdır (Van Der Broucke ve ark., 1995). Bir diğer açıdan değerlendirildiğinde ise yapılan bir çalışmada kişilerin iyi bir romantik ilişkide olmasına rağmen bozulmuş yeme tutumu bulunduğu takdirde, yeme tutumu da ilişkinin seyrinden ve olumsuzluğundan etkilenebileceği öne sürülmektedir (Van Der Broucke ve Vandereycken, 1988).

Romantik ilişki kalitesinin, beden algısı ve bozulmuş yeme tutumlarıyla ilgili olduğu öne sürülmektedir (Morrison ve ark., 2009). Bu bulguya ek olarak, tedavi olmuş anoreksiya hastalarının, tedavi motivasyonunun yordayıcıları arasında olan ve sıkça bahsedilen faktörün, destekleyici ilişki olduğu öne sürülmektedir (Tozzi ve ark., 2003). Bununla birlikte, stresli, saldırgan ve eleştirel romantik ilişkilerin ise hastalık ve/veya kayma riskini arttırdığı söylenmektedir (Hooley ve Hiller, 2001). Bir diğer taraftan, yapılan bir araştırma sonucuna göre, evlilik ilişkisi kötü olan kadınların sağlıklı yeme davranışlarına sahip olduğu görülmüştür (Markey, Markey ve Birch, 2001).

Yeme bozuklukları ve bozulmuş yeme tutumu ile ilgili yapılan çalışmalarda, romantik ilişkiler ve romantik partnerlerin bağlantısı önemli araştırma konularından olduğu öne sürülmektedir (Tolmacz ve ark., 2021). Yeme bozukluğuna sahip olan bir çok yetişkinin, ilişkilerindeki zorluklardan ve streslerden sıklıkla bahsettiği bulgular arasındadır (Woodside, Lackstorm ve Shekter-Wolfson, 2000).

Yapılan bir çalışmada, romantik ilişkisi olan ve VKİ’i yüksek olan kadınların, romantik partnerleriyle olan ilişkisinde stres, kaygı ve sıkıntı yaşamakta olduğu öne sürülmüştür. Ek olarak bu kişiler, duygularla baş etme yöntemi olarak daha çok yemek yedikleri ortaya çıkmıştır. VKİ’i normal olan kadın katılımcılarda bu durum geçerli değildir. Bu bilgiler doğrultusunda, VKİ’i yüksek olan kadınların ilişkilerinde bozulmalar olduğu ve duyguları bastırma yoluyla ilişkide ikincil kazanç elde ettiği şeklinde yorumlanmaktadır (Butler ve ark., 2010).

Yeme bozukluğu tanısı almış katılımcılarla yapılan bir çalışmada, partnerleriyle birlikte yaşayan kadın katılımcıların mükemmeliyetçilik ve kusma davranışları gibi yeme bozukluğu semptomları ve bozulmuş yeme tutumları gösterdikleri söylenmektedir (Bussolotti ve ark., 2002) Bir diğer taraftan başka bir çalışmada ise benzer kilolarda olan partnerlerin, ilişkilerinde tatminsizlik yaşayan kadınların yaşamayanlara kıyasla yeme tutumlarında daha fazla bozulma

olduğu, yemek yemekle daha çok ilgilendikleri ve yiyeceklere karşı engel koymakta zorlandıkları saptanmıştır (Gagnon-Girouard ve ark., 2010).

Evliliklerdeki ilişkinin kalitesi incelendiğinde ise, evlilik kalitesini yüksek olarak algılayan kadınların, evlilik kalitesi düşük olanlarla kıyaslandığında diyet yapma davranışlarının daha sık görüldüğü öne sürülmektedir. Kadınlardaki işlevsiz ve sağlıksız diyet yapma, kilo verme ve kısıtlama davranışlarının evlilik kalitesi düşük algılandıkça arttığı ortaya çıkmıştır (Markey ve ark., 2001).

1.8. Yeme Tutum ve Eş Seçimi

Darwin'ın evrimsel teorisine bakıldığında yeme bozukluklarının cinsel seçimden ortaya çıktığını öne sürmektedir. Cinsel seçim duygusal ve davranışsal sistemlerde yarattığı bir çok değişimle birlikte eş seçimini de etkilemektedir (Buss, 1989, 1995). Romantik partnerlerin bir çok alanda kişileri sağlıklı yönde etkilediği çalışmaların bulguları arasındadır (Berkman ve Syme, 1979; Burman ve Margolin, 1992; House ve ark., 1988; House, Robbins ve Metzner, 1982; Kiecolt ve Newton, 2001). Buna ek olarak, anlamlı ilişkilerin yokluğu kişileri sigara içmek, yüksek tansiyon ve obezite gibi birçok sağlık sorununa sürüklediği ortaya çıkmaktadır (House ve ark., 1988). Kadınların bakım veren rolünü üstlendiği ilişkilerde, partnerlerinin sağlıklı davranışlar geliştirmesini desteklemektedir (Lewis ve ark, 2004; Umberson, 1992).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Bu bölümde ilk olarak araştırma modeli açıklanmıştır. Sonrasında, çalışmaya katılan katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine dair sayılara ve yüzdelik dağılımlara yer verilmiştir. Mevcut araştırmada bilgi toplamak amacıyla hazırlanmış olan sosyo-demografik bilgi formu ve veri toplama araçlarından bahsedilmiştir. En son, veri toplama işlemi ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel analizler ile ilgili bilgi verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Mevcut araştırmada yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının, eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi ile ilişkisinin incelenmesi konu alınmıştır. Buna ek olarak, tüm değişkenler ile sosyodemografik verilerin ilişkisi değerlendirilmek üzere analiz yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 18-65 yaş arasındaki romantik ilişkisi ve aktif cinsel birlikteliği olan kadın ve erkeklerden oluşmaktadır. Araştırmaya dahil edilen katılımcıların aktif romantik ilişkisi olup, 3 aylık ilişkilerinin devamlılığının olması dikkate alınmıştır. Örneklem gelişigüzel olup, online form aracılığı ile katılımcılara ulaştırılmıştır. Online form, sosyal platformlar yardımıyla katılımcılara iletilmiştir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın veri toplama sürecinde Sosyodemografik Bilgi Formu, Yeme Tutum Testi (YTT-26), Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği, Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği (REST) ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklere dair betimleyici bilgilere Tablo 1’de verilmiştir.

2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Bu form, katılımcılara dair yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, ekonomik durumu, romantik ilişki süresi, cinsel birliktelik sıklığı, kilo tanımlaması, kilo memnuniyeti, diyetisyen başvurusu gibi konulara dair bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

2.2.2. Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği

2004 yılında Cash ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçekte, cinsel ilişki esnasında beden imaj deneyimlerini ve algılarını değerlendirmek amacıyla 28 madde bulunmaktadır. Ölçek kapsamında cinsel ilişki esnasında kişinin farkında olduğu deneyimler, beden görüntüsüne odaklanmanın yarattığı anksiyete ve bedendeki algılanan görüntüler nedeniyle cinsel partnerinin tutku, girişim ve partnerinden kaçınması ile ilişkili ifadeler yer almakta ve değerlendirilmektedir. Ölçek, 18 yaş üstünde olan kadın ve erkek tüm bireylere uygulanabilmektedir. Her madde 0 ile 4 arasında puan alabilen beşli likert tipindedir. Ölçekte 0 ile 4 arasında değerlerden oluşan likert tipi puanlar kullanılmaktadır. Ölçekten elde edilen puanlar, bütün sorulardan alınan toplam puanların soru sayısına (28) bölünerek hesaplanmaktadır. Ölçekten alınacak puanlar 0 ile 4 arasında olup, “0= Asla, 1= Nadiren, 2= Bazen, 3=Sık Sık, 4=Her Zaman veya Hemen Hemen Her Zaman” şeklinde cevaplandırılmaktadır. Puanların değerlendirilmesi ile ortaya çıkan puanlarda, yüksek skor alanların cinsel ilişki esnasında beden görünümüne daha bilinçli odaklanma ve kaçınma yansıtmaktadır. Ölçekten alınan puanın artması, bilinçli odaklanma ve yüksek kaçınma oranını göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Dinç ve Kızılkaya-Beji tarafından (2017) yapılmıştır. Cronbach Alpha katsayısı tüm ölçek için .80 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık değeri .65 olarak hesaplanmıştır.

2.2.3. Yeme Tutum Testi

Garner ve arkadaşları tarafından 1982’de oluşturulan Yeme Tutum Testi (YTT-26), 26 soruluk likert tipinden oluşmaktadır. Testin amacı, kişilerin yeme davranışlarının, özelliklerinin ve yeme bozukluğu riskinin ölçülmesidir. Testin puanlaması ilk 25 soru için “Daima=3, Çok Sık=2, Sık Sık=1, Bazen=0, Nadiren=0 ve Hiçbir Zaman=0” olarak puanlanır. 26.soru ise “Daima=0, Çok Sık=0, Sık Sık=0, Bazen=1, Nadiren=2 ve Hiçbir Zaman=3” olarak kodlanmıştır. Tüm maddelerden elde edilen puanlar ile toplam puanlar hesaplanmaktadır. Yeme davranış özelliklerini ölçmek geliştirilmiş olan YTT-26’nın kesme puanı 20 olmakla birlikte puan yükseldikçe yeme tutum ve davranışındaki bozulma şiddetlenmektedir. Ölçeğin “Kısıtlayıcı Yeme”, “Sosyal Baskı” ve “Yeme Meşguliyeti olmak üzere 3 adet alt boyutu bulunmaktadır. “Kısıtlayıcı Yeme” puanları 5., 6., 7., 16., 17., 19. ve 23. numaralı maddelerle ölçülmektedir. “Yeme Meşguliyeti” ise 1., 2., 3., 4., 10., 11., 12., 14., 18., 21. ve 22. numaralı

maddelerle hesaplanmaktadır. Son olarak “Sosyal Baskı” puanının hesaplanması için 8., 13., 15. ve 20. maddeler kullanılmaktadır.

Ölçek, Türkçe’ye Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk (2020) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık değeri .84 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin yeme meşguliyeti alt boyu için iç tutarlık katsayısı .85 olarak hesaplanırken, kısıtlama alt boyutu için bu değer .76 olarak elde edilmiştir. Bir diğer alt boyut olan sosyal baskı için iç tutarlık katsayısı .62 olarak bulunmuştur. Bununla birlikte ölçeğin geçerliliğini ölçmek amacıyla yapı geçerliği kapsamında faktör analizi, yakınsak geçerlik ve ayırıcı geçerlik yöntemleri kullanılmıştır. Bu çalışmada toplam ölçek iç tutarlık değeri .83, yeme meşguliyeti alt boyutu için .83, kısıtlama alt boyutu için .72, sosyal baskı alt boyutu için ise .46 olarak hesaplanmıştır.

2.2.4. Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği (REST)

Cobb, Larson ve Watson tarafından 2003’te geliştirilmiş olan REST, eş seçimi konusundaki sınırlandırıcı inançları ölçmek amacıyla yapılmıştır. Ölçek 32 maddeden oluşmaktadır. 5’li likert tipte olan ölçekte maddelere verilen cevaplar “Tamamen katılıyorum=5, Katılıyorum=4, Kararsızım=3, Katılmıyorum=2 ve Hiç katılmıyorum=1” şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekteki 6., 10., 16., 24. ve 29. maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçeğin 1., 9., 20. ve 30. maddeleri çeldirici maddeler olup, puanlama sürecinde hesaplanmamaktadır. Ölçek, hem alt boyutlarda hem de toplamda bir puan vermektedir. Ölçeğin toplamından alınabilecek en düşük puan 28, en yüksek puan ise 140’dır. Ölçekten düşük puan alınması eş seçimindeki sınırlandırıcı inanç düzeyinin düşüklüğünü göstermekte olup, yüksek puan ise eş seçimindeki sınırlandırıcı inanç düzeyinin yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin 7 adet alt boyutu bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; “Beraber Yaşama”, “Yalnız ve Tek Doğru”, “Aşk Yeterli”, “Çaba Göstermeme”, “İdealleştirme”, “Zıt Kutuplar” ve “Tam Güven” olarak ayrılmaktadır. Alt boyutların maddelerine bıldığında; “Beraber Yaşama” için 4., 12., 19., ve 27. maddeler, “Yalnız ve Tek Doğru” boyutu için 10. ve 25 maddeler, “Aşk Yeterli” boyutu için 2., 17., 3., 11., 18., ve 26. maddeler, “Çaba Göstermeme” boyutu için 7., 23. ve 31. maddeler, “İdealleştirme” boyutu için 6., 14., 22. ve 29. maddeler, “Zıt Kutuplar” için 8., 16., 24. ve 32. maddeler, son olarak “Tam Güven” boyutu için 5., 13., 15., 21. ve 28. maddeler yer almaktadır.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Güngör, Yılmaz ve Çelik tarafından 2011’de yapılmıştır. Tüm ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .74 olarak

bulunmuştur. Alt boyutlarına bakıldığında “Yalnız ve Tek Doğru” alt boyutunun iç tutarlık katsayısı .40, “Aşk Yeterli” alt boyutu için .62, “Beraber Yaşama” alt boyutu için .96, “Tam Güven” alt boyutu için .63, “İdealleştirme” alt boyutu için .56, “Çaba göstermeme” alt boyutu için .33 ve “Zıt Kutuplar” alt boyutu için bu değer .71 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için, temel bileşenler analizi yapıp, varimax döndürme uygulanmıştır. Toplam varyansı %62.4’ünü açıklayan, 8 faktörlü bir yapı tanımlanmıştır. Bu çalışma için toplam ölçek iç tutarlık değeri .74 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlar değerlendirildiğinde “Yalnız ve Tek Doğru” alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .68, “Beraber Yaşama” alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .96, “Aşk Yeterli” alt boyutu için .73, “Çaba Göstermeme” alt boyutu için .34, “İdealleştirme” alt boyutu için .53, “Zıt Kutuplar” alt boyutu için .57 ve “Tam Güven” alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .69 olarak hesaplanmıştır.

2.2.5. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)

Fletcher ve arkadaşları tarafından 2000 yılında önerilen ARİKÖ, Algılanan İlişki Kalitesi Yapıları Envanteri’nin alt boyutlarının her birini (Doyum, Adanmışlık, Yakınlık, Güven, Tutku ve Aşk) en iyi temsil eden maddeleri kullanarak oluşturulan 6 maddelik bir ölçektir. Maddelere verilebilecek cevaplar 7’li likert tipinde olup, “Hiç=1, Çok=7” aralığında derecelendirilmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Maddelerin hepsi, mevcut partner ve romantik ilişkileri üzerinden cevaplanması gerekmektedir. Yüksek puanlar yüksek romantik ilişki kalitesini ifade ederken, düşük puanlar romantik ilişki kalitesinin düşüklüğüne vurgu yapmaktadır.

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Sağkal ve Özdemir tarafından 2018 yılında yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .81 olarak elde edilmiştir. Bu çalışma için ölçek iç tutarlık katsayısı .88 olarak elde edilmiştir.

2.3 İşlem

Araştırma önerisi ilk olarak İstanbul Kent Üniversitesi Etik Kurulu’na sunulmuş ve onay alındıktan sonra veri toplama süreci gerçekleştirilmiştir. Ardından, gönüllü katılımcılara öz bildirim ölçekleri çevrimiçi internet sitesi aracılığıyla ulaştırılmıştır. Bütün katılımcılara, çalışmanın amacı, kapsamı ve gizliliği hakkında detaylı bilgi bilgilendirilmiş onam formu aracılığıyla sunulmuştur. Çalışmanın katılımcılar tarafından tamamlanması yaklaşık 15 dakika sürmüştür. Uygulanan ölçeklerde 197 katılımcıya erişilmiştir.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri SPSS 22 programı aracılığıyla değerlendirilmiştir. İlk olarak araştırmada kullanılan ölçeklerin toplam ve alt ölçeklerin ortalamaları, standart sapma değerleri, minimum ve maksimum değerleri ve Cronbach Alpha değerleri hesaplanmıştır. Sonrasında, sosyodemografik verilerle diğer değişkenler arasındaki ilişkiyi anlamak üzere Bağımsız Gruplar T-Test Analizi yapılmıştır. Daha sonra, yeme tutumu, cinsel ilişki esnasında beden algısı, romantik ilişki kalitesi ve eş seçimi arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Son olarak bağımsız değişkenlerin değerleri temel alınarak ilişkinin olasılığını tahmin edebilmek amacıyla Lojistik Regresyon Analizi uygulanmıştır.



BÖLÜM 3: BULGULAR

3.1. Değişkenlerin Normal Dağılımları ve Betimleyici İstatistikleri

Katılımcıların sürekli düzeyde ölçülen tüm ölçümleri (Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği, Yeme Tutum Testi, Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği) için yapılan betimleyici istatistiklerin sonucu tabloda gösterildiği gibidir (bkz. Tablo 1).

Yapılan analizlerle değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği değerlendirilmiştir. Değişkenlerin dağılımları incelenirken; histogram, Q-Q ve Kutu grafikleri ve çarpıklık basıklık değerlerinden en az 2'sinde normal dağılım kriterlerini karşıladığı ve bununla birlikte mevcut çalışmadaki değişkenlerin dağılımı, normal olarak kabul edilmiştir. Buna ek olarak, George ve Mallery'nin (2010) (akt. Muzaffar, 2016) istatistiksel yaklaşımına dayanarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal dağılım aralığı ± 2 olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak tüm değişkenler normal dağılım göstermektedir.

Tablo 1
Ölçeklerin Betimsel Özellikleri

Ölçekler	Ortalama	SS	Cronbach-Alpha
Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği	44.71	8.88	.65
Yeme Tutum Testi	14.39	10.04	.83
Yeme Meşguliyeti	7.56	6.61	.83
Kısıtlama	3.58	3.63	.72
Sosyal Baskı	1.86	2.10	.46
Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği	103.07	13.47	.74
Beraber Yaşama	14.84	5.11	.96
Yalnız ve Tek Doğru	4.64	2.26	.68
Aşk Yeterli	19.35	5.24	.73
Çaba Göstermeme	10.12	2.35	.34
İdealleştirme	12.34	3.21	.53
Zıt Kutuplar	9.22	2.99	.57
Tam Güven	16.65	4.19	.68
Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği	35.12	6.31	.88

3.2. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri

Katılımcıların %76.6'sı ($n = 151$) kadın, %23.4'ü ($n = 46$) erkektir. Örneklemin %61.4'si ($n = 121$) bekar, %37.1'i ($n = 73$) evli ve %1.5'i ($n = 3$) boşanmış kişilerden oluşmaktadır. Örneklemin yaş ortalaması ise 28.9 ± 7.5 'dir.

Katılımcıların %13.7'si ($n = 27$) daha önce doğum yapmış olup, %86.3'ü ($n = 170$) doğum yapmamıştır.

Katılımcıların ilişki süreleri incelendiğinde; %10.7'sinin ($n = 21$) 6 aydan az, %11.7'sinin ($n = 23$) 6-12 ay, %25.4'ünün ($n = 50$) 1-3 yıl, %21.3'ünün ($n = 42$) 3-6 yıl ve %31'inin ($n = 61$) 6 yıldan fazla şeklinde romantik ilişkileri olduğu ortaya çıkmaktadır.

Katılımcıların %95.9'u ($n = 189$) heteroseksüel, %1'i ($n = 2$) homoseksüel ve %3'ü ($N=6$) biseksüel kişilerden oluşmaktadır.

Araştırmaya katılan katılımcıların eğitim durumu değerlendirildiğinde; %0.5'inin ($n = 1$) ilkokul mezunu, %1'inin ($n = 2$) ortaokul mezunu, %10.2'sinin ($n = 20$) lise mezunu, %58.4'ünün ($n = 115$) üniversite öğrencisi veya mezunu ve %29.9'unun ($n = 59$) yüksek lisans/doktora öğrencisi ya da mezunu olduğu ortaya çıkmaktadır.

Katılımcıların %71.1'i ($n = 140$) bir işte çalışmakta olup, %27.4'ü ($n = 54$) herhangi bir işte çalışmamaktadır. Örneklem ekonomik durum açısından incelendiğinde; gelirini 8.500-10.000 arası tanımlayanların %31 ($n = 61$), 10.0001-15.000 olarak tanımlayan kişilerin %28.9 ($n = 57$), 15.0001-20.000 arası tanımlayanların %16.8 ($n = 33$) ve gelir durumunu 20.001 ve üstü olarak tanımlayan kişilerin %23.4 ($n = 46$) olduğu bilgisine ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan kişiler kilolarını değerlendirdiğinde %1.5'i ($n = 3$) çok zayıf, %6.6'sı ($n = 13$) zayıf, %59.4'ü ($n = 117$) normal, %28.9'u ($n = 57$) kilolu ve %3.6'sı ($n = 7$) çok kilolu bilgileri elde edilmiştir.

Katılımcıların kiloları ile ilişkili memnuniyet derecesi değerlendirildiğinde %11.2'si ($n = 22$) kilosunu “hiç memnun değilim” olarak, %21.8'i ($n = 43$) “memnun değilim” olarak, %18.3'ü “kararsızım” olarak, %41.6'sı “memnunum” olarak ve %7.1'i ($n = 14$) “çok memnunum” olarak değerlendirmektedir. Diyetisyen başvuru durumuna bakıldığında katılımcıların %68'i ($n = 134$) daha önce başvurmamış olup, %32'sinin ($n = 63$) daha önce diyetisyen başvurusu yaptığını belirtmektedir.

Psikiyatrik tedavi başvurusu değerlendirildiğinde katılımcıların %70.6'sı ($n = 139$) daha önce psikiyatrik tedavi başvurusu yapmadığını, %29.4'ü ($n = 58$) ise daha önce psikiyatrik tedavi başvurusu olduğu bilgileri elde edilmiştir.

Katılımcıların aktif partnerleriyle cinsel ilişki sıklığı incelendiğinde; %11.2'si ($n = 22$) ayda 1'den az, %5.1'i ($n = 10$) ayda 1 kez, %37.6'sı ($n = 74$) ayda bir kaç kez, %44.7'si ($n = 88$) haftada bir kaç kez ve %1.5'i ($n = 3$) her gün olarak belirtilmiştir. Kişilerin ilk cinsel birliktelikleriyle ilgili yorumlarına bakıldığında %6.6'sı ($n = 13$) çok kötü, %15.2'si ($n = 30$) kötü, %24.4'ü ($n = 48$) kararsız, %40.6'sı ($n = 80$) iyi ve %13.2'si ($n = 26$) çok iyi olarak değerlendirmiştir.

Tablo 2

Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

		<i>n</i>	<i>Ort(SS)</i>
Yaş		197	28.78 (7.52)
		<i>n</i>	%
Cinsiyet	Kadın	151	76.6
	Erkek	46	23.4
Eğitim durumu	İlkokul	1	0.5
	Ortaokul	2	1.0
	Lise	20	10.2
	Üniversite	115	58.4
	Yüksek Lisans/ Doktora	59	29.9
Medeni durum	Evli	73	37.1
	Bekar	121	61.4
	Diğer (Boşanmış, Dul)	3	1.5
Ekonomik durum	8.500-10.000	61	31
	10.001-15.000	57	28.9
	15.001-20.000	33	16.8
	20.001 ve üstü	46	23.4
İlişki Süresi	6 aydan az	21	10.7
	6-12 ay	23	11.7
	1-3 yıl	50	25.4
	3-6 yıl	42	21.3
	6 yıldan fazla	61	31
Kilo Memnuniyeti	Hiç memnun değilim	22	11.2
	Memnun değilim	43	21.8
	Kararsızım	36	18.3
	Memnunum	82	41.6
	Çok memnunum	14	7.1
Kilo Tanımlama	Çok zayıf	3	1.5
	Zayıf	13	6.6
	Normal	117	59.4
	Kilolu	57	28.9
	Çok Kilolu	7	3.6
Cinsel İlişki Sıklığı	Ayda 1'den az	22	11.2
	Ayda 1 kez	10	5.1
	Ayda bir kaç kez	74	37.6
	Haftada bir kaç kez	88	44.7
	Her gün	3	1.5
İlk Cinsel İlişki Yorumlama	Çok kötü	13	6.6
	Kötü	30	15.2
	Kararsızım	48	24.4
	İyi	80	40.6
	Çok iyi	26	13.2

3.3. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Mevcut çalışmaya dahil edilen değişkenlerin, katılımcılar tarafından elde edilen sosyodemografik değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini araştırmak için bağımsız gruplar t test analizi kullanılmıştır. Araştırmada ölçeklerden elde edilen puanların sürekli, sosyodemografik formdan elde edilen verilerin ise kategorik değişken olmasından dolayı bağımsız gruplar t test analizi yapılmıştır. Parametrik bir analiz yöntemi olan bağımsız gruplar t test'i için gerekli varsayımlar değerlendirilmiştir. İki örneklem grubu birbirinden bağımsızdır. Her örneklem için normallik dağılımı değerlendirilmiştir, normal dağılım göstermektedir. Buna ek olarak, örneklem tarafından temsil edilen evrenlerin varyansları homojendir.

Araştırmada katılımcıların cinsiyet, romantik ilişki süresi, eğitim durumu, gelir durumu, kilo memnuniyeti, kilo tanımlamaları, cinsel ilişki sıklığı ve diyetisyen başvurusu ile yeme tutumu, romantik ilişki kalitesi, eş seçimi tutumları ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı, bağımsız gruplar t test ile karşılaştırılmıştır. Sosyodemografik verilerin kategorize edilmesinde “kararsızım, bilmiyorum” gibi maddelerin, bulguları etkilememesi adına kategorilerden çıkartılmıştır. Karşılaştırma sonuçları aşağıda paylaşılmıştır.

3.3.1. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Analiz sonuçları değerlendirildiğinde; yeme tutumları ($t(195)=2.27; p<.05$), eş seçim tutumları ($t(195)=-2.21; p<.05$) ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ($t(195)=3.49; p<.05$) değişkenlerinin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Erkeklere kıyasla kadınların bozulmuş yeme tutumuna sahip oldukları, erkeklerin eş seçiminde sınırlandırıcı inançlarının daha yüksek olduğu ve kadınların cinsel ilişki esnasında bedenine dair farkındalığının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3**Değişkenlerin Cinseyete Yönelik T Test Sonuçları**

	Cinsiyet	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
YTT	Kadın	150	15.27	10.67	2.27	.03
	Erkek	47	11.49	7.20		
ARİKÖ	Kadın	150	34.91	5.88	-.64	.53
	Erkek	47	35.68	7.59		
REST	Kadın	150	83.06	11.88	-2.21	.03
	Erkek	47	87.66	12.62		
CİEBA	Kadın	150	1.64	.32	3.49	.00
	Erkek	47	1.47	.28		

3.3.2. Katılımcıların Romantik İlişki Süresi ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Mevcut çalışmada romantik ilişki süresi “6 aydan az” ve “6-12 ay” olanlar “1. grup”, “3-6 yıl” ve “6 yıldan fazla” olanlar “2. grup” olarak sınıflandırılmıştır. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, romantik ilişki süresiyle algılanan romantik ilişki kalitesi arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Romantik ilişki kalitesi, romantik ilişki süresine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmaktadır ($t(147)=.48$; $p<0.05$). İlişki süresi “3-6 yıl” ve “6 yıldan fazla” olarak tanımlanan 2. Grup’un, algılanan romantik ilişki kalitesi daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4**Değişkenlerin İlişki Süresine Yönelik T Test Sonuçları**

	İlişki Süresi	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
YTT	1.Grup	45	15.04	11.00	.48	.63
	2.Grup	102	14.12	10.09		
ARİKÖ	1.Grup	45	32.73	8.23	-2.29	.03
	2.Grup	102	35.83	5.74		
REST	1.Grup	45	84.44	11.71	.55	.58
	2.Grup	102	83.28	11.75		
CİEBA	1.Grup	45	1.62	.32	.60	.55
	2.Grup	102	1.58	.36		

3.3.3. Katılımcıların Gelir Durumu ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Ekonomik durum ve diğer değişkenler için istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar elde edebilmek adına sınıflar, ortadan kesilerek kategorilenmiştir. İlgili analizde ekonomik durum sınıflandırılmasında “8.500-10.000” ve “10.001-15.000” sınıfları “Düşük”, “15.001-20.000” ve “20.000 ve üstü” sınıfları “Yüksek” olarak tanımlanmıştır. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, eş seçimindeki sınırlandırıcı inançlar ekonomik duruma göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t(162)=2.06$; $p<0.05$). Ekonomik durumunu daha düşük olarak tanımlayanların, eş seçiminde sınırlandırıcı inançları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5

Değişkenlerin Gelir Durumuna Yönelik T Test Sonuçları

	Gelir Durumu	N	$\bar{X}$	SS	t	p
YTT	Düşük	118	13.70	9.59	-.16	.87
	Yüksek	46	13.97	9.70		
ARİKÖ	Düşük	118	34.65	6.67	-1.22	.23
	Yüksek	46	35.87	5.32		
REST	Düşük	118	85.75	11.97	2.04	.04
	Yüksek	46	81.54	11.67		
CİEBA	Düşük	118	1.59	.34	.40	.70
	Yüksek	46	1.57	.26		

3.3.4. Katılımcıların Kilo Memnuniyeti ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Mevcut analizde katılımcıların kilo memnuniyeti cevapları değerlendirilirken “Hiç Memnun Değilim” ve “Memnun Değilim” sınıfları “Düşük”, “Memnunum” ve “Çok Memnunum” sınıfları “Yüksek” olarak tanımlanmıştır. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, kilo memnuniyeti ile yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yeme tutumu, kilo memnuniyetine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Kilo memnuniyeti düşük olanların bozulmuş yeme tutumunun daha yüksek olduğu görülmektedir ($t(159)=5.92$; $p<0.05$). Buna ek olarak, ilgili bulgular incelendiğinde cinsel ilişki esnasındaki beden algısı, kilo memnuniyetine göre anlamlı şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır ($t(159)=3.06$; $p<0.05$). Kilosundan daha az memnun olanların cinsel ilişki esnasındaki bedene dair farkındalığının daha yüksek olduğu bilgisine ulaşılmıştır.

Tablo 6**Değişkenlerin Kilo Memnuniyetine Yönelik T Test Sonuçları**

	Kilo Memnuniyeti	N	$\bar{X}$	SS	t	p
YTT	Düşük	64	19.48	11.12	5.92	.00
	Yüksek	97	10.60	7.90		
ARİKÖ	Düşük	64	34.23	7.28	-.92	.36
	Yüksek	97	35.25	6.17		
REST	Düşük	64	83.44	12.20	.19	.85
	Yüksek	97	83.05	12.75		
CİEBA	Düşük	64	1.69	.36	3.06	.00
	Yüksek	97	1.55	.23		

3.3.5. Katılımcıların Kilo Tanımlamaları ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Mevcut analiz için katılımcıların kilo tanımlamaları sınıflandırılırken “Çok Zayıf” ve “Zayıf” şıkları “Düşük”, “Kilolu” ve “Çok Kilolu” şıkları “Yüksek” olarak kategorize edilmiştir. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde yeme tutumu, kilo tanımlamasına göre farklılaşmaktadır. Yeme tutumunun, kilo tanımlamasına göre anlamlı şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır ($t(77)=-3.35$; $p<0.05$). Bozulmuş yeme tutumuna sahip olan kişilerin kilosunun yüksek olarak tanımladığı saptanmıştır.

Tablo 7**Değişkenlerin Kilo Tanımlama Yönelik T Test Sonuçları**

	Kilo Tanımlama	N	$\bar{X}$	SS	t	p
YTT	Düşük	16	11.69	7.69	-3.35	.00
	Yüksek	63	19.56	10.72		
ARİKÖ	Düşük	16	35.88	5.40	.76	.46
	Yüksek	63	34.67	6.81		
REST	Düşük	16	88.38	11.37	1.29	.21
	Yüksek	63	84.25	11.70		
CİEBA	Düşük	16	1.61	.22	-.76	.45
	Yüksek	63	1.69	.40		

3.3.6. Katılımcıların Cinsel İlişki Sıklığı ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Mevcut analizde cinsel ilişki sıklığı kategorilere ayrılmıştır. “Ayda 1 ve daha az” olanlar “1. Grup”, “Haftada 1 ve daha fazla” olanlar “2. Grup” olarak kategorize edilmiştir. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde romantik ilişki kalitesi, cinsel ilişki sıklığına göre farklılaşmaktadır. Cinsel ilişki sıklığının algılanan romantik ilişki kalitesine yönelik anlamlı şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır ($t(120)=-2.96$; $p<0.05$). Romantik ilişki kalitesini yüksek olarak algılayan kişilerin cinsel ilişki sıklığının daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 8

Değişkenlerin Cinsel İlişki Sıklığına Yönelik T Test Sonuçları

	Cinsel İlişki Sıklığı	N	$\bar{X}$	SS	t	p
YTT	1.Grup	32	13.65	8.92	-.73	.47
	2.Grup	90	15.07	10.76		
ARİKÖ	1.Grup	32	32.72	9.08	-2.96	.00
	2.Grup	90	36.28	4.15		
REST	1.Grup	32	85.59	12.45	.67	.50
	2.Grup	90	83.88	12.26		
CİEBA	1.Grup	32	1.61	.34	-.18	.86
	2.Grup	90	1.63	.33		

3.3.7. Katılımcıların Diyetisyen Başvurusu ve Diğer Değişkenler Arasındaki Bağımsız Gruplar T Test Sonuçları

Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, diyetisyen başvurusu ile yeme tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($t(195)=-3.30$, $p<0.05$). Daha önce diyetisyen başvurusu olmayan kişilerle, daha önce başvurmuş olan kişiler kıyaslandığında geçmiş diyetisyen başvurusu olan kişilerin bozulmuş yeme tutumuna sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 9
Değişkenlerin Diyetisyen Başvurusuna Yönelik T Test Sonuçları

	Diyetisyen Başvurusu	N	$\bar{X}$	SS	t	p
YTT	Hayır	135	12.81	8.85	-3.30	.00
	Evet	62	17.77	11.68		
ARİKÖ	Hayır	135	34.93	6.11	-.54	.59
	Evet	62	35.47	6.80		
REST	Hayır	135	83.99	13.08	-.29	.77
	Evet	62	84.53	10.06		
CİEBA	Hayır	135	1.57	.31	-1.67	.09
	Evet	62	1.65	.34		

3.4. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları

Bu bölümde, çalışmada yer alan Yeme Tutum Testi (YTT-26) alt boyutları Yeme Meşguliyeti, Kısıtlama ve Sosyal Baskı; Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği; Romantizm ve Eş Seçimi Tutumu Ölçeği (REST) alt boyutları Beraber Yaşama, Yalnız ve Tek Doğru, Aşk Yeterli, Çaba Göstermeme, Zıt Kutuplar, Tam güven ve İdealleştirme; Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ) arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayıları ile hesaplanmıştır.

Analizde kullanılan her değişken, sürekli değişkenlerdir. Bu sebeple Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Değişkenler normal dağılıma sahiptir.

Değişkenler arasındaki ilişkinin gücü Cohen'in (1988) önerdiği sınıflandırmaya göre zayıf düzeyde ($r=.10$), orta düzeyde ($r=.30$) ve güçlü düzeyde ($r=.50$) olarak yorumlanmıştır. Bütün sonuçlar Tablo 10'da gösterilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre yeme tutumu ve diğer değişkenlere bakıldığında; cinsel ilişki esnasında bedeni algılama ($r(197)= .34, p < .01$) arasında anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Kısıtlayıcı yeme ile aşk yeterli ($r(197)= -.15, p < .05$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile yeme meşguliyeti ($r(197)= .32, p < .01$) arasında anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönde; kısıtlayıcı yeme ($r(197)= .23, p < .01$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve pozitif yönde; beraber yaşama ($r(197)= .17, p < .05$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve pozitif yönde; aşk yeterli ($r(197)= -.14, p < .05$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve negatif yönde ilişkiler bulunmuştur.

Algılanan romantik ilişki kalitesi ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde; sosyal baskı ($r(197)= -.28, p < .01$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve negatif yönde; aşk yeterli ($r(197)= .31, p < .01$) anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönde ve çaba göstermeme ($r(197)= .14, p < .05$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve pozitif yönde; zıt kutuplar ($r(197)= -.17, p < .05$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve negatif yönde; cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ($r(197)= -.23, p < .01$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve negatif yönde; yeme tutumu ($r(197)= -.16, p < .05$) ile anlamlı, zayıf düzeyde ve negatif yönde; eş seçimi tutumları ($r(197)= .14, p < .05$) arasında anlamlı, zayıf düzeyde ve pozitif yönde ilişkiler elde edilmiştir.

Tablo 10

Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.
Yeme Meşguliyeti	1	.35**	.26**	.42	.03	-.11	.04	.04	.09	-.05	.32**	.87**	-.02	-.09
Kısıtlama		1	.25**	.07	-.04	-.15*	.04	.06	.05	-.00	.23**	.71**	-.04	-.06
Sosyal Baskı			1	-.06	.06	.00	-.04	-.03	.11	.08	.14	.50**	.04	.28**
Beraber Yaşama				1	.17**	-.14	.61**	.10	-.09	.35**	.17*	.04	.47**	.06
Yalnız ve Tek Doğru					1	.30**	-.01	.08	-.07	.14	-.06	.02	.31**	.12
Aşk Yeterli						1	.21**	.12	-.15*	.33**	-.14*	-.14	.63**	.31**
Çaba Göstermeme							1	.05	-.04	.33**	.00	.04	.62**	.14*
İdealleştirme								1	-.15*	.29**	-.06	.05	.38**	-.10
Zıt Kutuplar									1	-.15*	-.04	.12	.05	-.17*
Tam Güven										1	.08	-.02	.74**	-.01
CİEBA											1	.34**	-.02	.23**
YTT												1	-.02	-.16*
REST													1	.14*
ARİKÖ														1

Not: "p<. 05*, p< .01**"

3.5. Araştırmanın Değişkenleri Arasında Lojistik Regresyon Analizi Sonuçları

Bu bölümde, lojistik regresyon analizinin varsayımları değerlendirilecek, sonrasında yeme tutumunu yordayan faktörleri saptamak amacıyla lojistik regresyon analizi yapılacaktır. Yordanan değişken yeme tutumu olarak belirlenmiştir. Analize dahil edilen diğer değişkenlerin toplam puanları alınarak analize dahil edilmiştir. Mevcut örnekleme yeme tutumunun, yordayıcı değişkenler tarafından ne derece yordandığı incelenmiştir.

Analiz yapılmadan önce lojistik regresyon yönteminin mevcut çalışmaya uygun olup olmadığını değerlendirme amacı ile varsayımları incelenmiştir. Uygun tüm bağımsız değişkenler modele dahil edilmiştir. Aynı veri üzerinde bir kez gözlem yapılmıştır. Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı bulunmamaktadır. Örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu düşünülmüştür. Lojistik regresyon analizi için bağımlı değişkenin kategorik sınıflandırmaya sahip olması gerekmektedir varsayımı karşılanmıştır. Bağımlı değişken YTT, ölçeğin kesme puanı olan 20 baz alınarak, puanın üstü ve altı olacak şekilde 2 gruba ayrılmıştır. 20 puan altında kalanların yeme tutumunda bozulma yok, 20 puanın üstünde kalanlar ise bozulmuş yeme tutumuna sahip olarak kategorize edilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre; dahil edilen tüm değişkenler arasında cinsel ilişki esnasında bedeni algılamanın, yeme tutumunu yordamakta diğer değişkenlere kıyasla 9 kat daha etkili olduğu bulunmuştur. ($OR=9.25$, $p<0.05$).

Tablo 11

Yeme Tutumunu Yordayan Faktörlerin Belirlenmesiyle Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları

	<i>B.</i>	<i>S.E.</i>	<i>Wald</i>	<i>Sig.</i>	<i>Exp. (B)</i>
Romantizm ve Eş Seçimi Tutum	-.019	.014	1.896	.169	.981
Algılanan Romantik İlişki Kalitesi	-.026	.027	.919	.338	.974
Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama	2.225	.580	14.707	.000	9.249

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Mevcut çalışmanın bu bölümünde, çalışmaya dahil edilen 18-65 yaş arasındaki aktif romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin yeme tutumları, cinsel ilişki esnasındaki beden algıları ile eş seçimi ve ilişki kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar ilgili literatür ile birlikte tartışılmıştır.

4.1. Sosyodemografik Veriler ve Diğer Değişkenlerin T Test Sonuçlarının Tartışılması

4.1.1. Cinsiyet ve Diğer Değişkenler

Yapılan araştırmada yeme tutumları, eş seçimi tutumları ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı değişkenleriyle cinsiyete yönelik anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Bu bölümde, ilgili bulgular literatürle tartışılmıştır.

4.1.1.1. Cinsiyet ve Yeme Tutumu

Mevcut çalışmada **kadınların, erkeklere kıyasla bozulmuş yeme tutumuna sahip** olduğu ortaya çıkmıştır.

Bedeni algılama ve yeme tutumlarının birbiriyle ilişki olduğu bilinmektedir. Beden ve yeme üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde kadınların, erkeklerle kıyaslandığında beden memnuniyetinin daha düşük olduğu söylenmektedir (Clifford, 1971; Berscheid ve Walster, 1974; Schwab ve Harmeling, 1968). Literatürden elde edilen bilgiye göre, kadınlarda yeme bozukluğu görülme sıklığının daha fazla olduğu bilinmektedir (APA, 2013). Üniversite öğrencisi kadınlarla yapılan bir çalışmada, kilo vermek için alınan kaloriyi kontrol altında tutmaya çalıştıkları, beden görünümüyle ilgili kaygılarının olduğu ve kalori alımını azaltmak adına laksatif ilaç kullanımının olduğu görülmüştür (Thombs ve ark., 1996). Bozulmuş yeme tutumlarını inceleyen bir çalışmada, kadınların erkeklere kıyasla bozulmuş yeme tutumunun daha sık görüldüğünü bulgulanmıştır (Johnson ve ark., 2004).

İlgili literatür ışığında mevcut bulgu değerlendirildiğinde, literatür tarafından desteklendiği görülmektedir. Yeme tutumunu etkileyen birçok faktör olmasıyla birlikte kadın bedenine yüklenen anlamlar, ideal beden fikri, güzellik ve ince olmanın birbiriyle eşleşmiş olmasından dolayı ve dolaylı olarak “kadın” olmanın, bozulmuş yeme tutumuna yol açabildiği düşünülmektedir.

4.1.1.3. Cinsiyet ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Mevcut çalışmada, **kadınların cinsel ilişki esnasında beden farkındalığı, erkeklere kıyasla daha yüksek olarak** bulunmuştur. Cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının yükselmesi, cinsel ilişki esnasında cinselliğe odaklanmak yerine bedene odaklanmak, cinsellikten kaçınma ve bedenle ilgili kaygı yaşamak anlamına gelmektedir.

Kadınların, kendi bedenlerini olduğundan daha kilolu görmeye eğilimli olduğu ve beden ölçüleriyle ilgili bozulmuş bir bakış açısına sahip olduğundan sıklıkla bahsedilmektedir (Klesges, 1987; Gray, 1977; Dolan ve ark., 1987). Literatür incelendiğinde, kadın ve erkeklerle yapılan bir çalışmada kadınların cinsel ilişki esnasında genel beden görünümü üzerine beden farkındalıklarının olduğu, erkeklerin ise daha çok üst gövde, omuz ve kollar, dökülmüş saçları üzerinde cinsel ilişki esnasında beden farkındalığı yaşadıkları yönünde bulgular elde edilmiştir (Cash, Maikkula ve Yamamiya, 2004). Amerika'da yapılan bir çalışmada, erkeklerin kadınlara göre bedenleriyle ilgili daha pozitif yaklaşıma sahip oldukları bilgisine ulaşılmıştır (Calden ve ark., 1959).

İlgili literatür taraması sonucunda, mevcut çalışmadaki bu bulgu literatür ile uyumludur.

4.1.2. İlişki Süresi ve Romantik İlişki Kalitesi

Mevcut çalışmada **romantik ilişki süresi 3 yıl ve üzeri olan kişilerin, algıladıkları romantik ilişki kalitesi 1 sene ve daha az süredir ilişkisi olanlara kıyasla daha yüksek** olarak bulunmuştur.

Yapılan bir çalışmada, ilişki süresi süresi arttıkça ilişki doyumunun da arttığı ortaya konmuştur. Buna ek olarak, ilişki süresinin artmasıyla birlikte ilişkideki yakınlık ve adanmışlığın da arttığı bilgisi elde edilmiştir (Kılıç, 2020). İlişkilerin sürdürülebilirliği açısından ilişkinin ne kadar devam ettiğini gösteren zaman kavramı, bir taraftan ilişkiye yapılan yatırım olarak da değerlendirilmektedir (Rusbult, 1980). Bununla birlikte, ilişkinin süresinin artmasıyla partnerlerin ilişkiye ve birbirlerine yaptığı yatırımın da artacağı söylenmektedir. Tüm bunlarla birlikte, ilişkilerin de gelişeceği öne sürülmektedir (Rusbult ve ark., 1998). Romantik ilişki kalitesini anlamaya destek olan faktörlerden bazıları adanmışlık, doyum ve yakınlıktır (Fletcher ve ark., 1999). Literatürde elde edilen bulguya göre, ilişki süresinin uzamasıyla birlikte özellikle kadınlarda yakınlık konseptinde bir azalma olmadığı ortaya

çıkmiştir. Buna ek olarak, romantik ilişki süresindeki artış ile ilişkideki bağlılık ve doyum seviyesindeki artışın birbiriyle ilişkili olduğu söylenmektedir (Acker ve Davis, 1992).

Bu bilgiler ışığında, mevcut çalışmada elde edilen bulgu literatür tarafından desteklenmektedir.

4.1.3. Kilo Memnuniyeti ve Diğer Değişkenler

Yapılan araştırmada yeme tutumları ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı değişkenleriyle kilo memnuniyetine yönelik anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Bu bölümde, ilgili bulgular literatürle tartışılmıştır.

4.1.3.1. Kilo Memnuniyeti ve Yeme Tutumu

Mevcut çalışmada, **kilo memnuniyeti düşük olanların, bozulmuş yeme tutumuna sahip olduğu** ortaya çıkmıştır.

Yeme tutumları ve beden algısının birbiriyle ilişkisi bilinmektedir. Beden algısını etkileyen faktörler arasında sosyal baskı, kilo durumu, beden memnuniyeti gibi konulardan bahsedilebilir. Bununla birlikte, yeme tutumunu etkileyen faktörler arasında Vücut Kitle İndeksi (VKİ), beden memnuniyetsizliği ve diyet davranışı olduğu da araştırmalarda görülmektedir. (Loth ve ark., 2008; Power ve ark., 2008). Yapılan bir çalışmada, VKİ arttıkça kişilerde diyet yapma davranışı olasılığının arttığından söz edilmiştir. Buna ek olarak, VKİ'nin artmasıyla, kişilerde beden memnuniyetsizliği de görüldüğü ortaya çıkmıştır (Barker ve ark., 2000). İlgili literatür incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin kilo memnuniyetinin ve yeme tutumlarının incelendiği bir çalışmada, kilo memnuniyeti çok düşük olan kişilerin %43.9'unun yeme tutum puanlarının 30'un üstünde olduğu bulunmuştur. Yani, kilo memnuniyeti düşük olan üniversite öğrencilerinin %43.9'unun bozulmuş yeme tutumlarına sahip olabileceği söylenmektedir (Kadıoğlu ve Ergün, 2015).

İlgili çalışmalar incelendiğinde elde edilen bulgunun literatürle uyumlu olduğu söylenebilir.

4.1.3.2. Kilo Memnuniyeti ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Mevcut çalışmada **kilosundan daha az memnun olan kişilerin, cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının daha fazla olduğu** yönündedir.

Cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının artmasıyla birlikte kişi, cinselliğe dair bir çok alanda problem yaşamaktadır. Kültür ve sistem tarafından oluşturulmuş bir baskı olan “ince beden” ideali, kişileri işlevsiz olan bir çok inanca sürükleyebilir. Tercih edilmek, cinsel doyum alabilmek ve karşı taraf için de cinsel olarak çekici olabilmek için ideal bedene sahip olunması gerektiği inancı, bunlardan biri olarak varsayılabilir. Bununla birlikte, bedeninden memnun olmayan kişilerin daha az cinsel arzu hissettikleri ve daha fazla cinsel problemler yaşadığı görülmüştür (Weaver ve Byers, 2006). Tüm bu bilgiler ışığında, kilosundan memnun olmayan kişilerin cinsellik esnasında doyuma değil, kendi bedenlerine odaklandıkları şeklinde yorumlanabilir. Olumlu algılanan beden, cinsel birliktelik esnasında bedene dair kaygının az olması ve bilişsel olarak daha az dikkat dağınıklığı yaşayacak olması sebebiyle kişi partnerine odaklanabilir ve cinselliğin hazzını hissedebilir (Süzer, 2002).

Elde edilen bulgu, literatür tarafından desteklenmektedir.

4.1.4. Cinsel İlişki Sıklığı ve Romantik İlişki Kalitesi

Çalışmadaki analizler sonucunda **daha sık cinsel ilişki yaşayan kişilerin romantik ilişki kalitesini daha yüksek algıladıkları** sonucuna ulaşılmıştır.

Kişilerin iyilik hallerinin en büyük sürdürücü faktörlerinden biri, olumlu devam eden romantik ilişkidir. Aynı şekilde olumsuz süren bir romantik ilişkinin kişilerin yaşamına etkisi negatif yönde olmaktadır (Braithwaite ve ark., 2010). Cinselliğin, insanların en temel ihtiyaçlarından biri olmasından yola çıkarak, romantik ilişkilerde ve kişilerin genel hayatında da önemi bilinmektedir. Cinsel yaşantılarından memnun olduklarını belirten kadınların ve erkeklerin, cinsel ilişki sıklığının yüksek olduğu söylenmektedir (Cheung ve ark., 2008; Laumann ve ark., 1994; McNulty ve ark., 2015). Bununla birlikte, düzenli cinsel ilişki yaşayan ve uzun süredir romantik birlikteliği olan kişilerin, partnerlerin genel olarak hayatından daha memnun olduğu bilgisine ulaşılmıştır (Byers, 2005). Buna ek olarak, yapılan bir çalışmada cinsel ilişki sıklığı daha fazla olan partnerlerin ilişkilerinde daha az gerginlik görüldüğü ortaya konmuştur. Romantik ilişki sürecinde cinsel ilişki sıklığını belirleyen bir faktör ise kişilerin

cinselliğe verdiği önem olarak düşünülebilir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde ilgili bir çalışma, partnerlerin cinselliğe verdikleri önemin, özellikle yetişkin kadınlarda romantik ilişkinin kalitesiyle güçlü olarak ilişkili olduğunu söylemektedir (Orr ve ark., 2017). Buna ek olarak, cinsellik ve cinselliğin sıklığı ile ilgili anlaşılmaya varamayan çiftlerin romantik ilişkilerinde daha fazla stres görülmektedir ve romantik ilişkideki “yakınlık” duygusunun kaybolduğundan bahsedilmektedir (Carpenter ve ark., 2009).

Tüm bilgiler değerlendirildiğinde, cinsel ilişki sıklığının romantik ilişkilerdeki bir çok önemli faktör üzerinde doğrudan etkisi olduğuna ve dolaylı olarak romantik ilişki kalitesine etki ettiğine vurgu yapılabilir. Böylelikle, mevcut çalışmadaki bulgu, literatür tarafından dolaylı olarak desteklenmektedir.

4.2. Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışılması

4.2.1. Yeme Tutumu ve Diğer Değişkenlerin İlişkisi

Bu bölümde, yapılan araştırmadaki yeme tutumu ile ilgili bulgular literatürle tartışılmıştır.

4.2.1.1. Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilere dair sonuçlar ilk olarak yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı üzerine olacaktır. Mevcut çalışmada, cinsel ilişki esnasında bedeni algılama ile yeme tutumu arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu elde edilmiştir. **Cinsel ilişki esnasında beden algısındaki yükseklik ile, yeme tutumlarındaki bozulma arasında ilişki olduğu saptanmıştır.**

Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ve yeme tutumu ilişkisini inceleyen araştırmalar kısıtlı olmakla birlikte, mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmalar da bulunmaktadır. Schembri ve Evans (2008) tarafından yapılan bir çalışmada, 18-63 yaş aralığındaki romantik ilişkisi olan kadınların, cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının, yeme bozukluğunu öngören büyük bir faktör olduğu öne sürülmüştür. Literatür incelendiğinde, bozulmuş yeme tutumlarına ve klinik yeme bozukluğuna sahip olan kişilerde sıklıkla cinsel ilişkiden kaçınma, cinsel ilişki esnasında negatif duygulanım, cinsel anksiyete, cinsel ilişkiye dair kaygı, cinsel istek azlığı normal yeme tutumuna sahip olan kişilerle kıyaslandığında ortaya çıkmış olan bulgular arasındadır (Castellini ve ark., 2012; Morgan ve ark., 1995; Pinheiro ve

ark., 2010). Cinsel ilişkiden kaçınma davranışı, cinsel anksiyete ve istek azlığının bir çok sebebi olabilmekle birlikte cinsellik, kişilerin bedenine en çok maruz kaldığı alanlardan da biridir. Yani, cinsellik esnasında çıplaklık, bedenin olduğu haliyle görülebilir olması, bedeniyle ilgili memnuniyetsizlik yaşayan veya beden farkındalığı yüksek olan kişilerde cinsel ilişkiler daha da zorlaştırıcı bir hal alabileceği şeklinde yorumlanabilmektedir.

Literatür taramasında elde edilen ilgili tüm sonuçlar ve mevcut bulgu incelendiğinde bu sonucun literatürle uyumlu olduğu söylenebilmektedir.

4.2.1.2. Kısıtlayıcı Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Mevcut çalışmada kısıtlayıcı yeme ile cinsel ilişki esnasındaki beden algısı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki olduğu saptanmıştır. **Yani, cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının fazlalığı ile, kısıtlayıcı yeme tutumunun fazla olması arasında ilişki olduğu** saptanmıştır.

Cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığı yüksek olan ve bedenindeki kusurları daha fazla fark eden kişiler, kısıtlayıcı diyet ile bozulmuş yeme tutumuna sahip olabilmektedirler (Morrison, 2009). Buna ek olarak, başka bir araştırmanın sonucuna bakıldığında; cinsel ilişki esnasındaki beden algısının kısıtlayıcı yeme ile pozitif yönlü bir ilişkisinin olduğu ortaya çıkmıştır. Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı farkındalığı ne kadar artarsa ve kişiler cinsel ilişki esnasında ne kadar kaçınan bir tutum sergilerse, kısıtlayıcı yemenin de o kadar artmakta olduğu bildirilmiştir (Higgins ve ark., 2016).

Araştırılan çalışmalardan elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, mevcut çalışmadaki bu bulgunun literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir.

4.2.1.3. Yeme Tutumu ve Romantik İlişki Kalitesi

Çalışmada, yeme tutumları ile romantik ilişki kalitesi arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmuştur. **Yani, algılanan romantik ilişki kalitesindeki düşüklük, bozulmuş yeme tutumu ile ilişkilidir.**

İlgili literatür incelendiğinde, klinik olmayan popülasyonla yapılan birçok çalışmada yeme ve beden algısı problemlerinin, romantik ilişki kalitesi ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Beden algısı ile ilgili problem yaşayan kişilerin, romantik ilişki kalitesinin düşük olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Bulik, Baucom ve Kirby, 2012; Arcelus, Yates ve Whiteley, 2012). Bozulmuş yeme tutumuna sahip kadınlarda, partnerlerinin bedenleri hakkındaki negatif konuşmalarının romantik ilişkilerinde memnuniyetsizliğe neden olduğu öne sürülmüştür. Bu durum, kişileri kısıtlayıcı yeme, diyet yapma, bulimik davranışlar ve cinsel problemler gibi etmenleri de bünyesinde barındırmaktadır (Hart, Chow ve Tan, 2017; Guntley, Gorzalka ve Brotto, 2020). Buna ek olarak, partner desteğini yetersiz olarak algılayan kadınların, yeterli algılayan kadınlara göre daha fazla diyet davranışı gösterdiği öne sürülmüştür (Juda ve ark., 2004). Genç kadınların kişilerarası ilişkilerde yaşadığı problemler ve yeme, kilo ve beden görünümü kaygılarının özellikle romantik ilişkilerde belirgin etkileri olabildiği söylenmektedir (Bergstorm ve ark., 2004; Worobey, 2002). Buna ek olarak, 187 evli çiftle yapılan bir çalışmada, kadınların kusmak veya laksatif ilaç kullanmak gibi sağlıklı olmayan diyet davranışları evliliklerindeki ilişki kalitesiyle ilişkili bulunmuştur (Markey ve ark., 2001).

Yapılan başka çalışmalarda, romantik ilişkilerin, kadınların beden görünümü, yeme ve kilo kaygıları üzerinde etkisinin olduğu ve aynı şekilde beden görünümü, yeme ve kilo kaygılarının da romantik ilişki kalitesine etki ettiği bulunmuştur (Cash ve ark., 2004; Friedman ve ark., 1999; Pole, Crowther ve Schell, 2004). Romantik ilişkisi olan genç kadınlarla yapılan bir çalışmada, romantik ilişkilerinde patolojik kaygı ve özgünlük eksikliğinin, bozulmuş yeme tutumlarına sebep olabileceği ileri sürülmüştür. Buna ek olarak çalışmada elde edilen bulgular arasında bozulmuş yeme tutumu ve romantik ilişkilerdeki patolojik kaygı arasında da ilişki vardır (Tolmacz ve ark., 2021) Bozulmuş yeme tutumuna sahip kadınların kendi ihtiyaçlarını görmezden gelmesi ve sürekli olarak başkalarının gözünden kendini görme arzusunun, ilişkilerdeki patolojik kaygıyı ve bunun yansıması olarak romantik ilişki kalitesini de düşürdüğü öne sürülmektedir (Bachner-Melman, Zohar, Ebstein ve Bachar, 2007).

Mevcut çalışmada bulunan bu bulgu, literatür tarafından desteklenmektedir.

4.2.1.4. Yeme Tutumu ve Eş Seçimi Tutumları

Mevcut çalışmada “Yeme Tutumu” ve “Eş Seçimi” arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. İlgili literatür incelendiğinde, yeme bozukluklarında romantik ilişkide bulunan partnerin önemli rolde olduğu görülmüştür (Kirby ve ark., 2015). Partnerin önemli olduğundan bahsedilse de, partner seçiminde etkili olan inançlarla ilgili çalışmalara ulaşılamamıştır. Yeme bozukluğu olan kişilerde yakın ilişkiler, romantik ilişkiler ve partner ile

ilgili çalışmaların yeni ilgi çekmeye başlayan bir alan olduğundan bahsedilmiştir (Bulik ve ark., 2011; Evans ve Wertheim, 1998). Literatür incelendiğinde “Yeme Tutumu” ve “Eş Seçimindeki Sınırlandırıcı İnançlar” arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmüştür.

4.2.1.5. Yeme Meşguliyeti ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı

Mevcut çalışmada “Yeme Meşguliyeti” ile “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. **Yeme ile ilişkili zihinsel meşguliyetinin fazlalığı, cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının fazlalığı ile ilişkilidir.** İlgili literatür incelendiğinde “Yeme Meşguliyeti” ve “Beden Algısı” arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar bulunmakla birlikte “Yeme Meşguliyeti” ve “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sayısı kısmi kalmaktadır.

İlgili literatür incelendiğinde, bu alanla ilgili sınırlı sayıda araştırma yapıldığı görülmüştür. Bozulmuş yeme tutumlarının tohumları çocukluğun erken döneminde atılmaktadır. Bu durum, kişilerde hem düşünsel hem de davranışsal olarak iz bırakabilmektedir ve yaşamın bir çok alanında işlevsizliğe sebep olabilmektedir Buna ek olarak, yiyeceklerle olan aşırı uğraş aynı zamanda beden imajına dair yoğun zihinsel meşguliyeti kapsayabilmektedir (Agras, 2001; Öyekçin ve Şahin, 2011; Yurtsever ve Sütçü, 2017). Yapılan çalışmalarda, cinsellikle ilişkili beden algısı ile bağlantılı olarak “Kendini Nesneleştirme” yükseldiği takdirde kişide bozulmuş yeme semptomlarının ve beden utancının da yükseldiği görülmüştür (Noll ve Frederickson, 1998; Muehlenkamp ve Saris-Baglama, 2002). Bozulmuş yeme tutumları, beden ile yoğun meşguliyet ve diğer kişiler tarafından değerlendirilmeye dair duyulan kaygı gibi içsel ve dışsal birçok faktörden etkilenmektedir (Öyekçin ve Şahin, 2011; Tylka, 2011). Yukarıda verilen çalışmalarda da görüldüğü gibi beden algısı ile ilişkili farkındalık ve aşırı zihinsel uğraş, yeme meşguliyeti ile ilişkili bulunmuştur.

Literatürde beden algısı ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısı farklı kavramlar olarak ele alınsa da birbiriyle ilişkilidir. Dolayısıyla araştırmalarda “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” ve “Yeme Meşguliyeti” arasında doğrudan bir ilişki kurulmamış olsa da “Beden Algısı” ile ilişkili bulgular dolaylı olarak “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” ile ilişkilendirilebileceği düşünülmüştür. Mevcut çalışmada cinsel ilişki esnasında bedene dair farkındalığın fazla olması, kişilerin yeme meşguliyetinin fazla olmasıyla ilişkili bulunmuştur.

Bu bilgiler ışığında, mevcut çalışmada bulunan bulgu literatür tarafından dolaylı olarak desteklenmektedir denilebilir.

4.2.1.6. Sosyal Baskı ve Romantik İlişki Kalitesi

Mevcut çalışmada “Romantik İlişki Kalitesi” ile “Sosyal Baskı” arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmuştur. **Yeme ile ilişkili hissedilen “Sosyal Baskının” yoğunluğu ile “Romantik İlişki Kalitesinin” azlığı ilişkilidir.**

Yapılan birçok çalışma, sosyal baskı ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiyi destekler niteliktedir (De Bruin ve ark., 2007; Sundgot-Borgen, 1994). Sporcularla yapılan bir çalışmada kişilerin beden görünümü ve kilosu hakkında eleştirel yorumlarda bulunulduğu takdirde kişilerin bozulmuş yeme tutumu geliştirebilecekleri ortaya çıkmaktadır (Kerr ve ark., 2006; Muscat ve Long, 2008). Sporcu olmayan grupla yapılan bir çalışmada ise beden memnuniyetsizliğinin sosyal baskı ve bozulmuş yeme tutumu arasında aracı rolünde olduğu öne sürülmektedir (Petrie ve Greenleaf, 2007). Bu bulgulara ek olarak, geçmişte yapılan çalışmalara bakıldığında romantik ilişki kalitesinin, partnerlerin kilo memnuniyetsizliği ile birlikte düştüğünü söylemektedir (Hochgraf ve McHale, 2020). Bu durumun sonucunda ise, partnerler birbirlerinin yeme davranışını ve miktarını kontrol etmek amacıyla mekanizmalar geliştirdiği öne sürülmektedir (Burke ve ark., 2012; Markey ve ark., 2008). Kişinin yakın çevresinin üzerinde kurmuş olabileceği sosyal baskının yanında, partner tarafından yeme ile ilişki baskı hissettiği takdirde kişinin yeme ve beden ile ilgili zihinsel uğraş ve dolayısıyla ilişkiye ayrılan zamanın azalması görülebilir.

Tüm bunlarla birlikte, partnerlerin kişilerin hayatındaki öneminin bilinmesi ile beraber, partner tarafından kişiye yansıyan bu etkinin kişinin hayat doyumunu da etkileyeceği düşünülmektedir. Partner tarafından gerçekleşen baskının, kişide onaylanmama duygusunu oluşturabileceğinden dolayı romantik ilişki kalitesini düşürebilecek faktör olarak ele alınabileceği varsayılmaktadır. Kilo kontrolüne ilişkin negatif olan sosyal kontrol, ilişkiye zarar verici nitelikte sonuçlar ortaya koyabilmektedir (Carels ve ark., 2020; Craddock ve ark., 2015; Sheets ve Ajmere, 2005).

Tüm bu bilgilerin ışığında, sosyal baskı arttıkça kişilerin beden algısına bağlı olarak yeme tutumlarında bozulmalar olabileceği, ve bu durum partnerle algılanan romantik ilişki

kalitesindeki düşüşle ilişkili olabileceği söylenebilmektedir. Mevcut çalışmada elde edilen bulgu, literatür tarafından dolaylı olarak desteklenmektedir.

4.2.2. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ile Diğer Değişkenlerin İlişkisi

Bu bölümde, cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile ilgili bulgular literatürle tartışılmıştır.

4.2.2.1. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ve Romantik İlişki Kalitesi

Mevcut çalışmada algılanan “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” ile “Romantik İlişki Kalitesi” arasında anlamlı ve negatif yönlü ilişki bulunmaktadır. **Cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının yüksek olması ile romantik ilişki kalitesindeki düşüş ilişkilidir.**

Geçmiş araştırmaların ışığında, romantik ilişkilerin, kişilerin beden algılamaları üzerine pozitif veya negatif yönlü etkisi olabildiği bilinmektedir. Literatür incelendiğinde direkt olarak bir çalışma bulunamamıştır. Ancak bu paragrafta, cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile dolaylı olarak ilişkilendirilebilecek bulgulardan bahsedilmiştir. Romantik ilişkisi olan veya evli kadınlarla yapılan bir çalışmada, romantik ilişki kalitesinin beden memnuniyeti ile ilişkili olduğu öne sürülmüştür (Friedman ve ark., 1999). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada romantik ilişkinin, beden memnuniyeti ve kabulü üzerinde etkisi olduğu söylenmektedir. Devam eden bir ilişkinin içerisinde bulunmak, partnerin bedeni kabul ettiği inancıyla ilişkilendirilmektedir (Ambwani ve Straus, 2007). Tüm bunlara ek olarak, yapılan bir araştırmanın bulgularına göre; kişilerin yakın ilişki esnasında beden farkındalığındaki artış, kadınların ilişki doyumu ve algıladıkları ilişki kalitesinin düşüşüyle ilişkili olduğu bilgisi, mevcut çalışmadaki bulguyu da desteklemektedir. Aynı şekilde, kadınların yakınlık esnasındaki beden algısı problemlerinin, erkeklerin ilişkiye dair algıladıkları doyum ve ilişki kalitesi azalmaktadır (Morrison ve ark., 2009). Cinsellik, kişilerin bedenine en çok maruz kaldığı anlardan biridir. Özellikle partnerle birliktelik olarak ele alındığında, bedeni bir başkasının göreceği, yorumlayacağı, değerlendireceği düşünceleri kişilerin cinselliğe olan bakış açısını da etkileyebildiği düşünülmektedir. Bununla birlikte, cinselliğin hem insanlığın temel ihtiyacı hem de romantik ilişkilerin temel yapı taşlarından sayılmasından yola çıkarak, cinselliğin etkilendiği durumların romantik ilişkiyi de etkileyeceği veya tam tersinin de olabileceği varsayılmaktadır.

Mevcut çalışmada bulunan bulgu, literatür ile doğrudan tartışılamamıştır. Bununla birlikte mevcut veriler değerlendirildiğinde, aradaki ilişkinin iki yönlü de olabileceği

düşünülmektedir. Yani, cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığında olan artış ile romantik ilişki kalitesindeki algılanan düşüşün ilişkisi olabilmekle birlikte; cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının azlığı ile romantik ilişki kalitesindeki algılanan artış da birbiriyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

4.2.2.2. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ve “Beraber Yaşama” Sınırlandırıcı İnancı

Mevcut çalışmada “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” ile “Beraber Yaşama” arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. **Cinsel ilişki esnasında beden farkındalığındaki artış ile “Beraber Yaşama” sınırlandırıcı inancındaki artış ilişkilidir. Beraber yaşama sınırlandırıcı inancı, mutlu bir evliliğe sahip olmak sadece bir süre beraber yaşamaktan geçer olarak tanımlanmaktadır.**

Romantik ilişkiye başlarken ve ilişki sürecinde inançların rolünün büyük olduğu bilinmektedir. Eğer kişilerin inançları gerçekçi ve mantıklı ise, ilişkinin sağlıklı bir şekilde devam edeceği öngörülmektedir. Eğer bu inançlar gerçeklik dışı ve akla uymayan şekilde ise, kişilerin romantik ilişkilerinde problem yaşayabileceği düşünülmektedir (Whisman ve Friedman, 1998). Eş seçimiyle ilgili yapılan araştırmalarda, erkeklerin fiziksel çekiciliğe kadınlardan daha fazla önem verdiği görülmüştür (Buss, 1989; Stewart ve ark., 2000). Yapılan bir araştırmaya göre, bekar kadın ve erkeklerin, beraber yaşamayan ancak romantik ilişkide bulunan yetişkinlere kıyasla genel beden görünümlerinden daha az memnun olduğu bulunmuştur. Yani, partneriyle beraber yaşayan kişilerin beden görünümlerinden daha memnun olduğu bulunmuştur. Hem kadınlar hem erkekler için romantik bir ilişkide bulunmanın, beden algısını pozitif yönde etkilediği ortaya çıkmıştır (Laus ve ark., 2018).

Çalışmalar incelendiğinde kişilerin cinsel ilişki esnasında beden farkındalığı yüksek olduğu takdirde, cinselliğe odaklanmakta zorlandığı, bedeniyle ilgili yoğun zihinsel uğraşı olduğu, cinsel birliktelik esnasında ışıkları açmaktan veya soyunmaktan rahatsız olduğu bilinmektedir (Ackard ve ark., 2000; Faith ve Schare, 1993). Beraber yaşamamanın getirebileceği kabul, aidiyet ve konfor ile birlikte kişilerin, cinsel ilişki esnasında bedenine daha az odaklanacağı öngörülmektedir. Partnerlerin beraber yaşadığı süreçte birbirini tanıması, güçlü ve zayıf yönlerini bilip kabul etmesi, koşulsuz sevgi ve onay almayı deneyimlemesi için önemli bir alan olarak görüldüğü düşünülen bu inancın, evlilikle farkının ve ihtiyaç duyulma sebeplerinin daha fazla detaylandırmaya ihtiyacı olduğu düşünülmektedir.

Bu bilgiler ışığında, eş seçiminde beraber yaşama sınırlandırıcı inancının artmasıyla, cinsel ilişki esnasındaki beden algısının yüksekliği birbiriyle ilişkili olduğu sınırlı bulgularla birlikte kısmi olarak desteklenmektedir. Daha iyi anlaşılmaya ihtiyaç olduğu düşünülen bu konu, kişilerin beraber yaşama inancındaki deneyimleri anlamak üzerine detaylandırılması önerilmektedir.

4.2.2.3. Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı ve “Aşk Yeterli” Sınırlandırıcı İnancı:

Mevcut çalışmada “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” ile “Aşk Yeterli” arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmuştur. **Aşk Yeterli sınırlandırıcı inancı, ilişkide mutlu olmak için sadece aşık olmanın yeterli olacağı şeklinde açıklanmaktadır. Cinsel ilişki esnasındaki beden farkındalığının fazlalığı ile aşk yeterli sınırlandırıcı inancının azlığı ilişkilidir.**

İlgili literatür incelendiğinde bu konuda direkt veya dolaylı olarak herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Elde edilen bulgunun, cinsel ilişki esnasında beden farkındalığı yüksek olan kişilerin, mutlu bir ilişki yaşamak için aşk’ın yeterli olduğu inancının düşük olduğu biçiminde yorumlanabileceği düşünülmüştür. “Aşk Yeterli” sınırlandırıcı inancının gerçekçi alternatifi değerlendirilse, aşk’ın önemi vurgulansa da mutlu bir ilişki yaşamak için başlı başına aşk yeterli değildir, ilişkilerde mutluluk için devreye giren birçok faktör görmezden gelinmemelidir. Gerçekçi olan inancı vurgulamak ile beraber, elde edilen bulguya göre cinsel ilişki esnasında beden algısı yüksek olan kişilerin daha gerçekçi inanca sahip olduğu şeklinde yorumlanabilmektedir. Bu konu ile ilgili literatürde yeterli sayıda araştırma olmadığı gözlemlenmiştir, bu alanın daha fazla anlaşılma ihtiyacı duyduğu düşünülmektedir.

4.2.3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi ile Diğer Değişkenlerle İlişkisi

Bu bölümde, romantik ilişki kalitesi ile ilgili bulgular literatürle tartışılmıştır.

4.2.3.1. Romantik İlişki Kalitesi ve Eş Seçimi Tutumu

Mevcut çalışmada elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, “Eş Seçimi Tutumları” ve “Romantik İlişki Kalitesi” arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. **Eş seçiminde sınırlandırıcı inançların artışı, algılanan romantik ilişki kalitesinde artışla ilişkilidir.**

Yakın ilişkilere bakıldığında, ilişkide hissedilen bağlılık, aidiyet ve doyum gibi kavramlarda sınırlandırıcı inançların büyük ölçüde önemi olduğu söylenmektedir (Eidelson ve Epstein, 1981). Bir çok kişinin romantik ilişkiler sürecinde yaşadığı zorlanmaların, yaşamlarının diğer alanlarındaki zorlanmalara kıyasla kişiyi daha çok etkilediği düşünülmektedir. Bu zorlanmayı yaratan en büyük problemlerden birinin romantik ilişkilerdeki eş seçimine dair sahip olunan sınırlandırıcı inançlar olduğu söylenmektedir. Sınırlandırıcı inançların, ilişkilerin hem başlangıcında hem de bitişinde önemli bir rolünün olduğu öne sürülmektedir (Gizir, 2013). Sınırlandırıcı inançların fazlalığı, romantik ilişki kalitesini düşürdüğü ortaya çıkmıştır. Kişilerin eş seçimine dair ne kadar az sınırlandırıcı inançları var ise, ilişki kalitesinin ve doyumunun da o kadar yüksek olacağı bulgular arasındadır (Sharp ve Ganong, 2000). Buna ek olarak, geçmişte yapılmış olan bir çok araştırmada romantik ilişkiye dair inançların da romantik ilişkiyi etkilediği bulunmuştur (Moss ve Willoughby, 2016; Stackert ve Bursik, 2003; Sullivan ve Schwebel, 1995). Literatür incelendiğinde, kişilerin eş seçimiyle ilgili sınırlandırıcı inançlarının fazla olmasının, romantik ilişki kalitesinde düşüşe yol açtığı yapılan çalışmalarda ileri sürülmüştür (Christian, O’Leary ve Vivian, 1994).

Mevcut çalışmada bulunan bulgu, literatürden farklı bulunmuştur. Literatür ve mevcut çalışma arasındaki farklılık değerlendirildiğinde; Her ne kadar eş seçimi ile ilgili sınırlandırıcı inançlarının fazla olmasının ilişki üzerinde olumsuz yönleri olabileceği görülse de bu sınırlandırıcı inançlar kişinin partner seçiminde daha seçici davranmasına neden olup, kişinin kendisine daha uygun bir partner bulabilmesini sağlayabilir. Bununla birlikte daha uygun bir partnerle ilişkide bulunmanın, romantik ilişki kalitesini etkileyen ve yükseltebilen bir faktör olabileceği biçiminde yorumlanmıştır.

4.2.3.2. Romantik İlişki Kalitesi ve “Aşk Yeterli” Sınırlandırıcı İnancı

Mevcut çalışmada, “Romantik İlişki Kalitesi” ile “Aşk Yeterli” arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. **Aşk Yeterli sınırlandırıcı inancı, ilişkide mutlu olmak için sadece aşık olmanın yeterli olacağı şeklinde açıklanmaktadır. Algılanan romantik ilişki kalitesindeki artış ile “Aşk Yeterli” inancındaki artış ilişkilidir.**

“Aşk Yeterlidir” sınırlandırıcı inancının yüksekliği ile romantik ilişki kalitesini yüksekliği arasındaki ilişkiyle ilgili veriler bulunamadığı için tartışılamamıştır. Bu iki değişken arasındaki ilişkinin ilişki süresi ve beraber yaşama, ayrı yaşama veya evli olma gibi değişkenlerle ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

4.2.3.3. Romantik İlişki Kalitesi ve “Zıt Kutuplar” Sınırlandırıcı İnancı

Mevcut çalışmada “Romantik İlişki Kalitesi” ile “Zıt Kutuplar” arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmuştur. **“Zıt Kutuplar” sınırlandırıcı inancındaki azalma, algılanan romantik ilişki kalitesindeki artış ile ilişkilidir. Bu inanca sahip olan kişilerin evlenmek için seçtiği partnerlerde kendi özelliklerinden farklı özelliklere sahip birini seçme eğilimi bulunmaktadır.**

Her iki partnerin romantik ilişki kalitesini yüksek olarak algıladığı takdirde, sahip olunan ilişkide ayrılık görülme olasılığının daha düşük olacağı ve ilişkinin daha uzun süreceği varsayılmaktadır. Bu varsayım ele alındığında, romantik ilişkilerde yaşanan ayrılıkların, kişilerin eş seçimine yönelik sınırlandırıcı inançlarının incelendiği bir çalışmada, ayrılık sayısı görece daha yüksek olan grubun zıt kutuplar sınırlandırıcı inancının düşük olduğu ortaya çıkmıştır (Priest ve ark., 2009).

Bulgu değerlendirildiğinde, “zıt kutuplar birbirini çeker” veya “zıt özelliklere sahip olmak önemlidir” gibi düşüncelere ve eş seçiminde bu sınırlandırıcı inancı daha yoğun olarak betimleyen kişilerin, romantik ilişkilerinde ayrılığın daha az olduğu yorumu yapılabilmektedir. Bir diğer taraftan, kişilerin birine aşık olması, kendine benzerliğinden ziyade kendinden farklı olduğu için bağlandığı söylenmektedir. Birbiri için tamamlayıcı özellikte olan zıt özelliklere sahip kişiler arasında kimyasal bir bağ oluşmakta olup, bu farklılığın partnerler arasındaki çekicilik faktörünü de etkilediği ileri sürülmüştür (Gökner, 2011). Bulgu, kişilik örüntüleri bakış açısından yorumlandığında kişilik bozukluklarındaki negatif duygulanım ve duygusal dalgalanmaların romantik ilişkinin süreğenliğini ve kalitesini negatif anlamda etkilediği yönündedir (Doss ve ark., 2009; Kurdek, 1999).

Literatürde zıt kutuplar, daha çok ayrılma üzerine çalışılmış olduğu görülmüştür. Her ne kadar romantik ilişki kalitesi ile ayrılık arasında ilişki olduğu düşünülse de, doğrudan bir ilişkiden söz edilemeyebilir. Örneğin, literatürde görülen “Zıt Kutuplar” inancı yüksek olan ve daha az ayrılık tarifleyen kişilerin daha fazla ayrılık tarifleyen kişilere kıyasla romantik ilişki kalitesinin yüksek olduğu söylenemeyebilir. Bu noktada, ilişkiyi sürdüren başka dinamiklerin olabileceği düşünülebilir. Borderline Kişilik Bozukluğuna sahip kişilerin, evlenme olasılığının azlığı (Swartz ve ark., 1990), ayrılma olasılığının yüksekliği (Grant ve ark., 2008) ve işlevsiz romantik ilişkilerin fazlalığı (Bouchard ve ark., 2009) ile ilişkili olduğu görülmüştür. Tüm bu

bilgiler doğrultusunda mevcut çalışmada elde edilen bulgu, literatür tarafından dolaylı olarak desteklenmektedir.

4.2.3.4. Romantik İlişki Kalitesi ve “Çaba Göstermeme” Sınırlandırıcı İnancı

Mevcut çalışmada “Romantik İlişki Kalitesi” ile “Çaba Göstermeme” arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. **Kişilerin eş seçiminde çaba göstermeme sınırlandırıcı inancına sahip olması ile algılanan romantik ilişki kalitesinin artışı ile ilişkili bulunmuştur. Eş seçiminde çaba göstermeme sınırlandırıcı inancına sahip kişiler, eş seçiminin kolay olduğunda ve tesadüfen de olsa aradıkları eşi çaba harcamadan bulabilecekleri yönündedir (Güngör ve ark., 2011).**

Bu verileri araştırmak adına yapılan çalışmalar incelenmiş olup, sınırlı bilgiye ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde bir tarafta algılanan ilişki kalitesinde çaba göstermemenin belirleyici rolü vurgulansa da tam tersine dair bulgular da mevcuttur.

Romantik ilişkiler de dahil olmak üzere tüm ilişkilerde empati kurmak, anlamayı denemek ve çaba göstermek, mutlu ilişkinin önemli komponentlerinden olduğu söylenmektedir (Gottman, 2011). Buna ek olarak, ilişkiyi kurmak ve sürdürmek için çaba gösteriliyor olması, kişilerin hem genel mutluluğunu hem de sağlıklı ve uzun bir yaşamı desteklediği öngörülmektedir (Bannink, 2017). İlişki kalitesi kavramı incelendiğinde, bir çok faktörü beraber ele alarak şekillendiği bilinmektedir. Aidiyet, sıcaklık, yakınlık gibi kavramlar, romantik ilişki kalitesinde etkisi olmaktadır (Gallagher ve ark., 1998). Buna ek olarak, partnerlerin beraber geçirdikleri vakitten keyif alıyor olmasının doyumu arttırdığı ve dolaylı olarak ilişki kalitesinin de arttığından bahsedilmektedir (Glasser, 2003). Dolaylı olarak, ilişki için harcanan çaba, partnere ve ilişkiye yapılan yatırım ile romantik ilişki kalitesiyle ilişkili olabileceği şeklinde yorumlanabilmektedir.

İlişkilerde bir çok gerekliliğin yanında dürüst olmak, denge kurmak, samimi olmak gibi özelliklerin önemi, evlilik ilişkilerinde ilişkinin kalitesini destekler nitelikte olduğu, ve bu özellikler için çaba göstermenin gerekliliği vurgulanmaktadır (Kalkan ve Aydoğan, 2019). Her ne kadar ilişkilerde çaba göstermenin önemi sürdürülebilirlik kapsamında birçok çalışmada vurgulansa da, “Eş Seçimi” ile ilgili “Çaba Göstermeme” anlamında sınırlı sayıda çalışma bulunmakta olduğu düşünülmektedir. Bu konunun, özellikle eş seçimi anlamında daha iyi

anlaşılmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde, elde edilen bulguyu desteklemeyen nitelikte bulgular olduğu görülmüştür ancak çalışma sayısı sınırlı kalmıştır.

4.3. Lojistik Regresyon Analiz Sonucunun Tartışılması

Mevcut çalışmada bozulmuş yeme tutumu için risk faktörleri değerlendirilmiştir. **Elde edilen bulgu, “Cinsel İlişki Esnasında Beden Algısının”, “Bozulmuş Yeme Tutumu” için diğer faktörlere kıyasla 9 kat daha fazla etki ettiğini göstermektedir.**

Bozulmuş yeme tutumlarında veya klinik olarak görülen yeme bozukluklarında, beden nesneleştirme kavramına rastlanmıştır. Bu kavram, fiziksel ve cinsel çekiciliğin, kültürün genel yargısını da kapsayarak toplumun beklentilerini karşılayacak şekilde kişilerin kendi değerini değerlendirmesi ve beklentiyi karşılamaya yönelik çaba olarak açıklanmaktadır. Ergenlik döneminde tohumları atılan bu yargı ve değerlendirme biçimi, ilerleyen yaşlarda kendini incelik arzusu, cinsel çekicilik ihtiyacı gibi kavramlarla gösterebilmektedir. Bu beklentileri karşılamak adına, sosyal olarak hiçbir baskı olmasa bile kişi, kendini üçüncü bir göz tarafından değerlendirmeye alabilir ve ideal bedene ulaşmak için kendini kontrol etmeye başladığı söylenmektedir (Frederickson ve Roberts, 1997). Araştırmalara konu olmuş olan bedeni nesneleştirme kavramının, beden utancının aracı rolüyle birlikte bozulmuş yeme tutumlarına aracılık ettiği ortaya çıkmıştır (Calogero, 2009). Bozulmuş yeme tutumlarının veya klinik yeme bozukluklarının, nesneleştirilmiş beden dolayısıyla güçsüz olarak algıladığı bölümü kontrol etme ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Beden nesneleştirme kavramının görüldüğü alanlardan biri olan cinsellik kavramı, bedene maruziyetini de barındırdığı üzere cinsel ilişki esnasındaki beden algısı ile beden nesneleştirme kavramının ilişkisinden bahsedilebilmektedir (Frederickson ve Roberts, 1997).

İlgili konu üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, beden algısında bozulmalar olan kadınların, pozitif beden algısı olan kadınlara kıyasla daha fazla cinsel işlevsellikte problemler yaşadıkları, cinsellik esnasında yoğun kaygı duydukları, cinsellikle ilişkili özgüvenlerinin düşük olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Beden görünümü çerçevesinde kaygıları olan kadınların rahatlayıp kendi cinsel zevklerinde odaklanamadıkları da söylenmektedir (Dove ve Wiederman, 2000; Cash, 2004; Meana ve Nunnink, 2006). Tüm bunlarla birlikte, beden algısında bozulmalar olan kişilerin, beden görünümü ile ilgili sahip oldukları bilişsel dikkat dağınıklıklarının, cinsel doyum azlığında ve bozulmuş yeme tutumlarında etkisinin olabileceğinden bahsedilmektedir (Dove ve Wiederman, 2000; Pujols ve ark., 2009). Klinik olmayan ve hem

yetişkin hem ergen kadınlardan oluşan bir örnekleme, kendini nesneleştirmenin beden utancı, kaygı, cinsel işlevsizlik ve bozulmuş yeme gibi birçok alanla ilişkili olduğu söylenmektedir (Calogero, 2004; Frederickson ve ark., 1998; Slater ve Tiggemann, 2002).

Beden algısının direkt olarak bozulmuş yeme tutumuyla ilişkisi bilinmektedir. Mevcut çalışmada bozulmuş yeme tutumunu diğerlerinden daha fazla yordayan faktörün “Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısı” olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bedene direkt olarak maruz kalınan bir alan olan cinsellik, beden algısı ışığında ilerlemekle birlikte yeme tutumunu da etkilemektedir. Mevcut çalışmada elde edilen bulgu literatür tarafından desteklenmektedir.



SONUÇ VE ÖNERİLER

Elde edilen bulgular çalışmanın hipotezleri ile birlikte değerlendirildiğinde;

H1: Kişilerin yeme tutumları ve cinsel ilişki esnasındaki beden algıları arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmaktadır. Yeme tutumundaki bozulmaları ile cinsel ilişki esnasındaki beden algısının artışı arasında ilişki vardır. Bu hipotez, mevcut çalışmada doğrulanmıştır ve literatür ile uyumludur.

H2: Kişilerin cinsel ilişki esnasındaki beden algıları ve romantik ilişki kalitesi arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmaktadır. Cinsel ilişki esnasındaki beden algısının artışı ile algılanan romantik ilişki kalitesinin azlığı arasında ilişki vardır. Bu hipotez, mevcut çalışmada doğrulanmakla beraber, literatür tarafından desteklenmektedir.

H3: Kişilerin yeme tutumları ve eş seçimi tutumları arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmaktadır. Yeme tutumundaki bozulmalar ile eş seçiminde sınırlandırıcı inançların azlığı arasında ilişki vardır. Mevcut çalışmada bu hipotezle ilgili herhangi bir ilişkiye ulaşılamamıştır.

H4: Kişilerin romantik ilişki kalitesi ile eş seçimi tutumları arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmaktadır. Romantik ilişki kalitesindeki artış ile eş seçimindeki sınırlandırıcı inançlardaki artış arasında ilişki vardır. Mevcut çalışmada bu hipotezle ilgili herhangi bir ilişkiye ulaşılamamıştır.

H5: Cinsel ilişki esnasındaki beden algısı; eş seçimi ve romantik ilişki kalitesine kıyasla yeme tutumundaki bozulmayı daha fazla etkilemektedir. Mevcut çalışmada elde edilen bulgu ile birlikte bu hipotez desteklenmektedir ve literatür ile uyumludur.

Mevcut çalışma, yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısının ile eş seçimi ve romantik ilişki kalitesi ile ilişkili sonuçlar ortaya çıkarmıştır. Yeme tutumu ve beden algısı arasındaki ilişki bilinmektedir. Beden algısı ile birlikte kişilerin bedene direkt olarak maruz kaldığı alan olan cinsellik konusunda kişilerin bedene yönelik farkındalığının, yeme tutumları ile ilişkisi yeni bir alan olarak açılmış olup, mevcut çalışmada ortaya çıkmıştır.

- Bozulmuş yeme tutumları ile ilişkili olarak; cinsel ilişki esnasındaki farkındalığın fazla olması ve romantik ilişki kalitesinin düşük olması bağlamında bilgiler sunulmuştur. Buna ek olarak, tüm bu bileşenlerin kişilerin eş seçimine dair sahip olduğu sınırlandırıcı inançlarla ilişkili farkındalık kazandırmaktadır.
- Çalışmada araştırılan tüm veriler arasında, cinsel ilişki esnasındaki beden algısının diğer değişkenlere kıyasla bozulmuş yeme tutumunu 9 kat daha fazla etkilediği bilgisine ulaşılmıştır. Bozulmuş yeme tutumları ve yeme bozukluklarının tedavisi kapsamında cinselliğin değerlendirilmesinin önemine vurgu yapılmıştır. Beden algısını da içeren bir alan olan cinsellik, bozulmuş yeme tutumuna sahip kişilerde beden algısının değerlendirilebileceği önemli bir alan olduğu düşünülmektedir.
- Bununla birlikte, partnerin tedavi sürecinde sağlayabileceği katkı ve ilişkilere dair farkındalık kazandırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Çalışmada kullanılan ölçeklerin çoğunun literatürde yeni olmasından dolayı bulgular ve araştırmalar kısıtlıdır. Mevcut çalışmanın, yeni bir alana ve bağlantılara yer açması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Konuyla ilgili gelecekte yapılabilecek çalışmaların desteğiyle, elde edilen bulguların geçerliliğinin sınanmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Romantik ilişkilerin ve partnerler arası ilişki süreçlerinin, yeme tutumu ve cinsel ilişki esnasındaki beden algısıyla ilişkisi doğrultusunda kişinin kendisine ek olarak partnerinin de tedavi sürecine dahil edilmesinin, klinik anlamda bu alanda çalışan klinisyenler için önemi vurgulanmaktadır.
- Bozulmuş yeme tutumuna sahip veya yeme bozukluğu olan bireylerde klinik anlamda çalışırken, beden algıları ile birlikte cinsel süreçleri ve partnerle olan ilişkiyi anlamak, bozulmuş yeme tutumunu oluşturan ve sürdüren faktörleri daha bütüncül olarak ele alınmasına olanak sağlamaktadır.

Mevcut çalışma, katılımcı sayısı kapsamında genellenebilirliği etkilemiştir. Gelecek çalışmalarda daha fazla katılımcıya ulaşmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

İlerleyen çalışmalarda cinsiyet dağılımı açısından homojenlik sağlanması, çalışmadaki cinsiyet farklarının daha iyi anlaşılmasına olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak, mevcut çalışmanın odak noktası kişilerin kendi algıları, inançları ve farkındalıkları üzerinedir.

Romantik ilişkiye sahip kişilerle yapılan bu çalışmaya, partnerlerin de dahil edilmesi önerilmektedir. Buna ek olarak, sonrak, çalışmalarda romantik ilişkisi olmayan kişilerin de dahil edilmesi, romantik ilişki ve partner faktörünün daha iyi anlaşılmasına destek olacağı düşünülmektedir.

Ölçeklerden biri olan “Cinsel İlişki Esnasına Algılanan Beden Ölçeği” ile cinsel doyum eklenebilir, ve cinsel doyum ile bağlantılı olarak yeme tutumundaki bozulmalar araştırılabilir.

Kullanılan ölçeklerin tümü, öz bildirime dayalıdır. Kendini algılama biçimine ek olarak, nasıl algıladıklarını öğrenmek adına karşılıklı olarak açık uçlu sorularla algılanan biçim detaylandırılabilir.

KAYNAKÇA

- Ackard, D. M., Kearney-Cooke, A. ve Peterson, C. B. (2000). Effect of body image and self-image on women's sexual behaviors. *International Journal of Eating Disorders*, 28(4), 422-429. DOI: 10.1002/1098-108x(200012)28:4<422::aid-eat10>3.0.co;2-1
- Acker, M. ve Davis, M. H. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 21-50.
- Agras, W. S. (2001). The consequences and costs of eating disorders. *Psychiatric Clinics of North America*, 24(2), 371-379. DOI: 10.1016/S0193-953X(05)70232-X
- Allison, K. C. ve Park, C. L. (2004). A prospective study of disordered eating among sorority and nonsorority women. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3), 354-358. DOI: 10.1002/eat.10255
- Altıntaş, M. ve Özgen, U. (2015). Kişilik yapısının yeme biçimleri üzerindeki etkisi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(5), 1797-1810. DOI: 10.24289/ijsser.335318
- Ambwani, S. ve Strauss, J. (2007). Love thyself before loving others? A qualitative and quantitative analysis of gender differences in body image and romantic love. *Sex Roles*, 56, 13-21. DOI: 10.1007/s11199-006-9143-7
- Anschutz, D. J., Engels, R. C., Becker, E. S. ve van Strien, T. (2008). The bold and the beautiful. Influence of body size of televised media models on body dissatisfaction and actual food intake. *Appetite*, 51(3), 530-537. DOI: 10.1016/j.appet.2008.04.004
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, APA Publishing.
- Arcelus, J., Yates, A. ve Whiteley, R. (2012). Romantic relationships, clinical and subclinical eating disorders: a review of the literature. *Sexual and Relationship Therapy*, 27(2), 147-161. <https://doi.org/10.1080/14681994.2012.696095>
- Aronson, E., Wilson, T. D. ve Akert, R. M. (2012). Sosyal psikoloji. Okhan Gündüz (Çev.). İstanbul: Kaknüs.

- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546. <https://doi.org/10.5455/cap.20120431>
- Avalos, L. C. ve Tylka, T. L. (2006). Exploring a model of intuitive eating with college women. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 486. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.486>
- Bachner-Melman R, Zohar AH, Ebstein RP, Bachar E (2007) The relationship between selflessness levels and the severity of anorexia nervosa symptomatology. *Eur Eat Disord Rev* 15(3):213– 220. DOI:10.1002/erv.740
- Banfield, S. S. ve McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 37(146), 373. PMID: 12144166
- Barker, M., Robinson, S., Wilman, C. ve Barker, D. J. P. (2000). Behaviour, body composition and diet in adolescent girls. *Appetite*, 35(2), 161-170.
- Barnes, M. L. ve Sternberg, R. J. (1997). A Hierarchical Model of Love and Its Prediction of Satisfaction in Close Relationships, in RJ. Sternberg and M. Hojjat, (eds) *Satisfaction in Close Relationships*, pp. 79-101. New York: The Guilford Press.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Basow, S. A., Foran, K. A. ve Bookwala, J. (2007). Body objectification, social pressure, and disordered eating behavior in college women: The role of sorority membership. *Psychology of Women Quarterly*, 31(4), 394-400. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2007.00388.x>
- Batigün, A. D. ve Utku, Ç. (2006). Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 65.
- Bayrak, M. (2006). Vajinismus Oluşumunda Etyolojik Özellikler, Uzmanlık Tezi. İstanbul.
- Beekley, M. D., Byrne, R., Yavorek, T., Kidd, K., Wolff, J. ve Johnson, M. (2009). Incidence, prevalence, and risk of eating disorder behaviors in military academy cadets. *Military Medicine*, 174(6), 637-641. DOI: 10.7205/milmed-d-02-1008

- Beiseigel, J. M. ve Nickols-Richardson, S. M. (2004). Cognitive eating restraint scores are associated with body fatness but not with other measures of dieting in women. *Appetite*, 43(1), 47-53. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2004.02.002>
- Bergstrom, R. L., Neighbors, C. ve Lewis, M. A. (2004). Do men find “bony” women attractive?: Consequences of misperceiving opposite sex perceptions of attractive body image. *Body image*, 1(2), 183-191. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00025-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00025-1)
- Berkman, L. F. ve Syme, S. L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: a nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American journal of Epidemiology*, 109(2), 186-204. DOI: 10.1093/oxfordjournals.aje.a112674
- Berscheid, E., ve Walster, E. (1974). Physical attractiveness. In *Advances in experimental social psychology* 7, 157-215. Academic Press.
- Beştav, F. G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Bilen, Mürrüvet. *Ailede Kurumlarda ve Toplumda Sağlıklı İnsan İlişkileri*. Ankara: Teknik Basım Sanayi Matbaası, 1983.
- Blond, A. (2008). Impacts of exposure to images of ideal bodies on male body dissatisfaction: A review. *Body Image*, 5, 244–250. DOI: 10.1016/j.bodyim.2008.02.003
- Bornioli, A., Lewis-Smith, H., Smith, A., Slater, A. ve Bray, I. (2019). Adolescent body dissatisfaction and disordered eating: Predictors of later risky health behaviours. *Social Science & Medicine*, 238, 112458. DOI: 10.1016/j.socscimed.2019.112458
- Bouchard, S., Sabourin, S., Lussier, Y. ve Villeneuve, E. (2009). Relationship quality and stability in couples when one partner suffers from borderline personality disorder. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35(4), 446–455. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00151.x>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation*, 2.

- Bowlby, J. (1988). Developmental psychiatry comes of age. *The American journal of psychiatry*.
- Bowlby, J. (2008). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic books.
- Bradford, A. ve Meston, C. M. (2006). The impact of anxiety on sexual arousal in women. *Behaviour Research and Therapy*, 44(8), 1067-1077. DOI: 10.1016/j.brat.2005.08.006
- Braithwaite, S. R., Delevi, R. ve Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal relationships*, 17(1), 1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>
- Broderick, J. E. ve O'Leary, K. D. (1986). Contributions of affect, attitudes, and behavior to marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical psychology*, 54(4), 514. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.54.4.514>
- Brown, S. L. ve Booth, A. (1996). Cohabitation versus marriage: A comparison of relationship quality. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 668-678.
- Bulik, C. M., Baucom, D. H. ve Kirby, J. S. (2012). Treating anorexia nervosa in the couple context. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 26(1), 19-33. doi: 10.1891/0889-8391.26.1.19
- Bulik, C. M., Baucom, D. H., Kirby, J. S. ve Pisetsky, E. (2011). Uniting couples (in the treatment of) anorexia nervosa (UCAN). *International Journal of Eating Disorders*, 44(1), 19-28.
- Buss, D. (2015). *Evolutionary psychology: The new science of the mind*. Psychology Press.
- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and brain sciences*, 12(1), 1-14.
- Buss, D. M. (1999). Human nature and individual differences: The evolution of human personality. *Handbook of Personality: Theory and Research*, 2, 31-56.
- Buss, D. M. ve Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(3), 559. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.3.559>

- Buss, D. M. ve Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: an evolutionary perspective on human mating. *Psychological review*, 100(2), 204. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.2.204>
- Buss, D. M., Shackelford, T. K., Kirkpatrick, L. A. ve Larsen, R. J. (2001). A half century of mate preferences: The cultural evolution of values. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 491-503. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00491.x>
- Bussolotti, D., Fernández-Aranda, F., Solano, R., Jiménez-Murcia, S., Turón, V. ve Vallejo, J. (2002). Marital status and eating disorders: an analysis of its relevance. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(6), 1139-1145. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00336-7](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00336-7)
- Burke, T. J., Randall, A. K., Corkery, S. A., Young, V. J. ve Butler, E. A. (2012). “You’re going to eat that?” Relationship processes and conflict among mixed-weight couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(8), 1109–1130. <https://doi.org/10.1177/0265407512451199>
- Burman, B. ve Margolin, G. (1992). Analysis of the association between marital relationships and health problems: an interactional perspective. *Psychological Bulletin*, 112(1), 39. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.39>
- Butler, E. A., Young, V. J. ve Randall, A. K. (2010). Suppressing to please, eating to cope: The effect of overweight women's emotion suppression on romantic relationships and eating. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(6), 599-623. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.599>
- Büyükbayraktar, Ç. G. (2015). *Evli Çiftlerin Evlilikteki Bağlılıkları ve Bağlanma Stillerinin Çift Uyumunu Yordaması* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Braithwaite, S. R., Delevi, R. ve Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17(1), 1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>

- Brackett, K. P. (2016). Mate selection. In C. L. Shehan (Ed.), *Wiley-Blackwell encyclopedias in social science: The Wiley Blackwell Encyclopedia of Family Studies*. Wiley. Credo Retrieved September 8, 2020.
- Byers, E. S. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *Journal of Sex Research*, 42, 113-118.
- Calden, G., Lundy, R. M., ve Schlafer, R. J. (1959). Sex differences in body concepts. *Journal of Consulting Psychology*, 23(4), 378.
- Calogero, R. M. (2009). Objectification processes and disordered eating in British women and men. *Journal of Health Psychology*, 14(3), 394-402.
- Canary, D. J., Stafford, L., Hause, K. S. ve Wallace, L. A. (1993). An inductive analysis of relational maintenance strategies: Comparisons among lovers, relatives, friends, and others. *Communication Research Reports*, 10(1), 3-14.
<https://doi.org/10.1080/08824099309359913>
- Carpenter, L. M., Nathanson, C. A. ve Kim, Y. J. (2009). Physical women, emotional men: Gender and sexual satisfaction in midlife. *Archives of sexual behavior*, 38, 87-107.
- Carels, R. A., Miller, J. C., Hlavka, R., Selensky, J., Shonrock, A. M. ve Ellis, J. M. (2020). Associations between husbands' weight bias and related concerns and husbands' and wives' psychological and relationship outcomes. *Body Image*, 35, 11-21. DOI: 10.1016/j.bodyim.2020.07.008
- Cash, T. F. (2011). Crucial considerations in the assessment of body image.
- Cash, T. F., Maikkula, C. L. ve Yamamiya, Y. (2004). Baring the body in the bedroom": Body image, sexual self-schemas, and sexual functioning among college women and men. *Electronic Journal of Human Sexuality*, 7, 1-9.
- Cash, T. F. ve Pruzinsky, T. (2002b). Future challenges for body image theory, research and clinical practice. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* 509-516. New York: Guilford Press.

- Castellini, G., Lelli, L., Lo Sauro, C., Fioravanti, G., Vignozzi, L., Maggi, M., Faravelli, C. ve Ricca, V. (2012). Anorectic and bulimic patients suffer from relevant sexual dysfunctions. *The Journal of Sexual Medicine*, 9(10), 2590-2599. DOI: 10.1111/j.1743-6109.2012.02888.x
- Ceylan, F. G. (1994). Üniversite öğrencilerinin eş seçimindeki tercih ve beklentileri. *Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, Sivas*.
- Cheung, M. W. L., Wong, P. W. C., Liu, K. Y., Yip, P. S. F., Fan, S. Y., ve Lam, T. (2008). A study of sexual satisfaction and frequency among Hong Kong Chinese couples. *Journal of Sex Research*, 45, 129-139.
- Christian, J. L., O'Leary, K. D. ve Vivian, D. (1994). Depressive symptomatology in maritally discordant women and men: The role of individual and relationship variables. *Journal of Family Psychology*, 8(1), 32. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.8.1.32>
- Clayton, A.H. (2001). Recognition and Assessment of Sexual Dysfunction Associated with Depression. *Journal of Clinical Psychiatry*, 62(3), 5-7. PMID: 11229452
- Clifford, E. (1971). Body satisfaction in adolescence. *Perceptual and motor skills*, 33(1), 119-125.
- Cobb, N. P., Larson, J. H. ve Watson, W. L. (2003). Development of the attitudes about romance and mate selection scale. *Family Relations*, 52(3), 222-231. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00222.x>
- Collins, W. A., Welsh, D. P. ve Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual Review of Psychology*, 60, 631-652. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459>
- Connolly, J. A. ve Johnson, A. M. (1996). Adolescents' romantic relationships and the structure and quality of their close interpersonal ties. *Personal Relationships*, 3(2), 185-195. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1996.tb00111.x>
- Conroy-Beam, D. ve Buss, D. M. (2016). How are mate preferences linked with actual mate selection? Tests of mate preference integration algorithms using computer simulations and actual mating couples. *PloS one*, 11(6), e0156078.

- Craddock, E., vanDellen, M. R., Novak, S. A. ve Ranby, K. W. (2015). Influence in relationships: A meta-analysis on health-related social control. *Basic and Applied Social Psychology*, 37, 118–130. <https://doi.org/10.1080/01973533.2015.1011271>
- Crandall, C. S. (1988). Social contagion of binge eating. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(4), 588. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.4.588>
- Croll, J., Neumark-Sztainer, D., Story, M. ve Ireland, M. (2002). Prevalence and risk and protective factors related to disordered eating behaviors among adolescents: relationship to gender and ethnicity. *Journal of Adolescent Health*, 31(2), 166-175. DOI: 10.1016/s1054-139x(02)00368-3
- Currie, A. (2010). Sport and eating disorders-understanding and managing the risks. *Asian Journal of Sports Medicine*, 1(2), 63. DOI: 10.5812/asjasm.34864
- Darwin, C. (1859). *On the Origin of the Species by Means of Natural Selection or Preservation of Favoured Races in the Struggle for Life*. London: Murray.
- Davis, M. H. ve Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 397. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.2.397>
- De Bruin, A. K., Oudejans, R. R. ve Bakker, F. C. (2007). Dieting and body image in aesthetic sports: A comparison of Dutch female gymnasts and non-aesthetic sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(4), 507-520. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.10.002>
- Dinç, H. ve Kızılkaya Beji, N. (2017). Cultural adaptation, internal consistency and test–retest reliability of the turkish version of the body exposure during sexual activities questionnaire.
- Dindia, K. ve Canary, D. J. (1993). Definitions and theoretical perspectives on maintaining relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 163–173. <https://doi.org/10.1177/026540759301000201>
- Dittmar, H., Halliwell, E. ve Stirling, E. (2009). Understanding the impact of thin media models on women’s body focused affect: The roles of thin-ideal internalization and weight-related self-discrepancy activation in experimental exposure effects. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28, 43–72. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.1.43>

- Dolan, B. M., Birtchnell, S. A. ve Lacey, J. H. (1987). Body image distortion in non-eating disordered women and men. *Journal of psychosomatic research*, 31(4), 513-520.
- Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M. ve Markman, H. J. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: An 8-year prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 601–619.
- Douven, E. ve Adelson J. (1966). *The Adolescent Experience*. New York: Wiley and Sons.
- L. Dove ve Michael W. Wiederman, N. (2000). Cognitive distraction and women's sexual functioning. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(1), 67-78. <https://doi.org/10.1080/009262300278650>
- Dönmez, Ş. N. (2018). Evli çiftlerde sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi] *İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Dunkley, C. R., Gorzalka, B. B. ve Brotto, L. A. (2020). Associations between sexual function and disordered eating among undergraduate women: An emphasis on sexual pain and distress. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(1), 18-34. DOI: 10.1080/0092623X.2019.1626307
- Eagly, A. H. ve Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior: Evolved dispositions versus social roles. *American Psychologist*, 54(6), 408. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.6.408>
- Eastwick, P. W., Luchies, L. B., Finkel, E. J. ve Hunt, L. L. (2014). The predictive validity of ideal partner preferences: a review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 140(3), 623. DOI: 10.1037/a0032432
- Efe, E. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Eş Seçme Eğilimleri*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Ankara.
- Epstein, N. ve Eidelson, R. J. (1981). Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals and satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 9(4), 13-22. <https://doi.org/10.1080/01926188108250420>

- Eidelson, R. J. ve Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(5), 715. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.50.5.715>
- Ellis, A. (1962). Rational Psychotherapy. *Journal of General Psychology*, 59, 35-49. <https://doi.org/10.1080/00221309.1958.9710170>
- Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational Emotive Therapy*, 4(1), 4-21. <https://doi.org/10.1007/BF01073477>
- Ellis, A. (2004). Why rational emotive behavior therapy is the most comprehensive and effective form of behavior therapy. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 22(2), 85. DOI:10.1023/B:JORE.00000025439.78389.52
- Erbil, M. K., Kurt, Y. G., Yaman, H., Çakır, E., Akgül, E. Ö. ve Çaycı, T. (2012). Asimetrik dimetilarjininin metabolizması ve klinik önemi. *Turkish Journal of Biochemistry/Turk Biyokimya Dergisi*, 37(1).
- Erbil, N., Şenkul, A., Başara, G. F., Sağlam, Y. ve Gezer, M. (2012). Body image among Turkish women during the first year postpartum. *Health Care for Women International*, 33(2), 125-137. <https://doi.org/10.1080/07399332.2011.603977>
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ve başa çıkma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 381-397.
- Evans, L. ve Wertheim, E. H. (1998). Intimacy patterns and relationship satisfaction of women with eating problems and the mediating effects of depression, trait anxiety and social anxiety. *Journal of psychosomatic research*, 44(3-4), 355-365.
- Fairburn, C. G., Cooper, Z. ve O'Connor, M. (1993). The eating disorder examination. *International Journal of Eating Disorders*, 6, 1-8.
- Fairburn, C. G. ve Harrison, P. J. (2003). Risk factors for anorexia nervosa. *The Lancet*, 361(9372), 1914. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)13529-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)13529-5)
- Faith, M. S. ve Schare, M. L. (1993). The role of body image in sexually avoidant behavior. *Archives of sexual behavior*, 22, 345-356. <https://doi.org/10.1007/BF01542123>

- Fallon, A. E. ve Rozin, P. (1985). Sex differences in perceptions of desirable body shape. *Journal of abnormal psychology*, 94(1), 102. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.94.1.102>
- Feiring, C. (1996). Concept of romance in 15-year-old adolescents. *Journal of Research on Adolescence*.
- Feldman, S. S. ve Gowen, L. K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of youth and adolescence*, 27(6), 691-717. doi:10.1023/A:1022857731497
- Fischer & Cleveland (1968). Body image and personality. New York: Dover Publications
- Fisher, R. F. (1986). The ciliary body in accommodation. *Transactions of the ophthalmological societies of the United Kingdom*, 105, 208-219.
- Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., Thomas, G. ve Giles, L. (1999). Ideals in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 72-89. doi:10.1037/0022-35
- Freud, S. (1910). Three Contributions to the Sexual Theory. *The Journal of Nervous and Mental Disease Publishing Company*, New York.
- Freud, S. (1949). Three Essays on the Theory of Sexuality. Imago Publishing Company, London.
- Friedman, M. A., Dixon, A. E., Brownell, K. D., Whisman, M. A. ve Wilfley, D. E. (1999). Marital status, marital satisfaction, and body image dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 26(1), 81-85. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199907\)26:1<81::AID-EAT10>3.0.CO;2-V](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199907)26:1<81::AID-EAT10>3.0.CO;2-V)
- Fletcher, G. J. ve Kininmonth, L. A. (1992). Measuring relationship beliefs: An individual differences scale. *Journal of Research in Personality*, 26(4), 371–397. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(92\)90066-D](https://doi.org/10.1016/0092-6566(92)90066-D)
- Furman, W. (2002). The Emerging Field of Adolescent Romantic Relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11, 177–180. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00195>

- Furman, W. ve Wehner, E. A. (1997). Adolescent romantic relationships: A developmental perspective. *New Directions for Child Development*, 78, 21–35.
- Gagnon-Girouard, M. P., Bégin, C., Provencher, V., Tremblay, A., Mongeau, L., Boivin, S. ve Lemieux, S. (2010). Psychological impact of a “Health-at-Every-Size” intervention on weight-preoccupied overweight/obese women. *Journal of Obesity*, 2010. <https://doi.org/10.1155/2010/928097>
- Galliher, R. V., Welsh, D. P., Rostosky, S. S., ve Kawaguchi, M. C. (1998). Power in adolescent romantic relationships and its association with well-being.
- Galliher, R. V., Welsh, D. P., Rostosky, S. S., ve Kawaguchi, M. C. (2004). Interaction and relationship quality in late adolescent romantic couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 203-216. <https://doi.org/10.1177/0265407504041383>
- Gallo, L.C. ve Smith, T.W. (2001) “Attachment Style in Marriage: Adjustment and Responses to Interaction”, *Journal of Social & Personal Relationships*, 18(2), 263-299. <https://doi.org/10.1177/0265407501182006>
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y. ve Garfinkel, P. E. (1982). The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological medicine*, 12(4), 871-878. doi:10.1017/S0033291700049163
- Gillen, M. M. ve Lefkowitz, E. S. (2009). Emerging adults’ perceptions of messages about physical appearance. *Body Image*, 6(3), 178-185. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.02.002>
- Gizir, C. A. (2003). “Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançlarının Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumlarına Göre İncelenmesi”. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 38/170 (2013): 372-383.
- Glasser, W. (2003). Seçim Teorisi (çev: Müge İzmirli). *İstanbul: Hayat Yayınları*
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and The Study of Marital Processes. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197.
- Gordon, K. H., Castro, Y., Sitnikov, L. ve Holm-Denoma, J. M. (2010). Cultural body shape ideals and eating disorder symptoms among White, Latina, and Black college women. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 16(2), 135. <https://doi.org/10.1037/a0018671>

- Grabe, S., Ward, L. M. ve Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological bulletin*, 134(3), 460. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Graham, J. M. (2011). Measuring love in romantic relationships: A meta-analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 748-771. doi:10.1177/0265407510389126
- Grant, B. F., Chou, S. P., Goldstein, R. B., Huang, B., Stinson, F. S., Saha, T. D., Pulay, A. J. Dawson, D. A., Smith, S. M., Pickering, R. P., Hasin, D. S. Ruan, W. J. (2008). Prevalence, correlates, disability, and comorbidity of DSM-IV borderline personality disorder: Results from the Wave 2 National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *Journal of Clinical Psychiatry*, 69(4), 533–545. <https://doi.org/10.4088/jcp.v69n0404>
- Gray, S. H. (1977). Social aspects of body image: Perception of normalcy of weight and affect of college undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, 45(3_suppl), 1035-1040.
- Green, M. W. ve Rogers, P. J. (1995). Impaired cognitive functioning during spontaneous dieting. *Psychological Medicine*, 25(5), 1003-1010. doi:10.1017/S0033291700037491
- Green, M. W. ve Rogers, P. J. (1998). Impairments in working memory associated with spontaneous dieting behaviour. *Psychological Medicine*, 28(5), 1063-1070. doi:10.1017/S0033291798007016
- Green, S. M., Delargy, H. J., Joanes, D. ve Blundell, J. E. (1997). A satiety quotient: a formulation to assess the satiating effect of food. *Appetite*, 29(3), 291-304. <https://doi.org/10.1006/appe.1997.0096>
- Goldschmidt, A. B., Aspen, V. P., Sinton, M. M., Tanofsky-Kraff, M. ve Wilfley, D. E. (2008). Disordered eating attitudes and behaviors in overweight youth. *Obesity*, 16(2), 257-264. <https://doi.org/10.1038/oby.2007.48>
- Gölsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 68-79.
- Güngör, H., Yılmaz, M. ve Çelik, S. (2011). Romantizm ve eş seçimi tutum ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(36), 180-188. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21456/229837>

- Haavio-Mannila, E. ve Purhonen, S. (2001). Slimness and self-rated sexual attractiveness: Comparisons of men and women in two cultures. *Journal of Sex Research*, 38(2), 102-110. <https://doi.org/10.1080/00224490109552077>
- Hart E., Chow C. M., Tan C. C. (2017). Body talk, weight status, and pathological eating behavior in romantic relationships. *Appetite*, 117:135–142. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.06.012>
- Haynie, D. L., Giordano, P. C., Manning, W. D. ve Longmore, M. A. (2005). Adolescent romantic relationships and delinquency involvement. *Criminology*, 43, 177 – 210. <https://doi.org/10.1111/j.0011-1348.2005.00006.x>
- Hays, N. P., Bathalon, G. P., McCrory, M. A., Roubenoff, R., Lipman, R. ve Roberts, S. B. (2002). Eating behavior correlates of adult weight gain and obesity in healthy women aged 55–65 y. *The American journal of clinical nutrition*, 75(3), 476-483. <https://doi.org/10.1093/ajcn/75.3.476>
- Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1987) “Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Heatherton, T. F., Polivy, J. ve Herman, C. P. (1990). Dietary restraint: Some current findings and speculations. *Psychology of Addictive Behaviors*, 4(2), 100. <https://doi.org/10.1037/h0080580>
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 93-98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Higgins, M. K., Choukas-Bradley, S., Crowder, E. E. ve Bardone-Cone, A. M. (2016). Examining moderators of the relation between body consciousness during sexualactivity and disordered eating. *Advances in Eating Disorders*, 4(1), 31-46. <https://doi.org/10.1080/21662630.2015.1081074>
- Hochgraf, A. K. ve McHale, S. M. (2020). Honey, do I look fat? Perceptions of spouses’ weight and weight concerns predict marital relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(3), 865–884. <https://doi.org/10.1177/0265407519880961>

- Hooley, J. M. ve Hiller, J. B. (2001). Family relationships and major mental disorder: Risk factors and preventive strategies. In B, R, Sarason ve S, Duck (Eds.), *Personal relationships: Implications for clinical and community psychology* (61-87), New York: Wiley.
- House, J. S., Landis, K. R. ve Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241, 540–545. DOI: 10.1126/science.3399889
- House, J. S., Robbins, C. ve Metzner, H. L. (1982). The association of social relationships and activities with mortality: Prospective evidence from the Tecumseh community health study. *American Journal of Epidemiology*, 116, 123–140. <https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.aje.a113387>
- Hovardaoğlu, Selim–Büyükşahin, Ayda. “Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee’nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi”. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19 /54 (2004): 59-72.
- İnalkaç, S. ve Arslantaş, H. (2018). Duygusal yeme. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 27(1), 70-82. <https://doi.org/10.17827/aktd.336860>
- İncesu, C. (2006). Cinsel Yaşam ve Sorunları. *İstanbul: Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği Yayınları*.
- Jacobi, F., Wittchen, H. U., Höltling, C., Höfler, M., Pfister, H., Müller, N. ve Lieb, R. (2004). Prevalence, co-morbidity and correlates of mental disorders in the general population: results from the German Health Interview and Examination Survey (GHS). *Psychological medicine*, 34(4), 597-611. doi:10.1017/S0033291703001399
- Johnson, C., Crosby, R., Engel, S., Mitchell, J., Powers, P., Wittrock, D., & Wonderlich, S. (2004). *Gender, ethnicity, self-esteem and disordered eating among college athletes. Eating Behaviors*, 5(2), 147–156. doi:10.1016/j.eatbeh.2004.01.004
- Jones, N. ve Rogers, P. J. (2003). Preoccupation, food, and failure: an investigation of cognitive performance deficits in dieters. *International Journal of Eating Disorders*, 33(2), 185-192. <https://doi.org/10.1002/eat.10124>

- Juda M.N., Campbell L. ve Crawford C. (2004). Dieting symptomatology in women and perceptions of social support: an evolutionary approach. *Evolution and Human Behavior*, 25:200–208. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2004.02.001>
- Kadioğlu, M., ve Ergün, A. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumu, Öz-Etkililik ve Etkileyen Faktörler. *Journal of Marmara University Institute of Health Sciences*, 5(2).
- Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik öncesi dönem ve romantik ilişkiler. *Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma İçinde*, 1-9.
- Kandiyoti, D. (1977). Sex roles and social change: A comparative appraisal of Turkey's women. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 3(1), 57-73.
- Karakoyunlu, F. B. (2007). *Evli kadınlarda cinsel fonksiyon bozukluğu görülme sıklığı* (Master's thesis, Akdeniz Üniversitesi).
- Karataş, Z. (2018). *Romantizm ve Eş Seçimi Tutumunun Romantik İlişki Yaşantıları ve Romantik İlişkilerdeki İnançlar Açısından İncelenmesi*, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mehmet Akif Üniversitesi, Burdur.
- Karaoğlu, M. ve Erzi, S. (2019). Yeme tutumları ve travmatik yaşantılar: Öz şefkat ve duygu düzenlemenin aracı rolü. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(3), 145-151. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.19.1.18>
- Kashubeck, S. (1997). Sorority Membership, Campus Pressures, and Bulimic Symptomatology in College Women: A Preliminary Investigation. *Journal of College Student Development*, 38(1), 40-48.
- Kaya, M. (2002). *Cinsiyetleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Eş Seçimi Tercihlerine Göre Denetim Odakları*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kayser, K., ve Himle, D. P. (1994). Dysfunctional beliefs about intimacy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 8, 127-127.
- Keel, P. K. ve Klump, K. L. (2003). Are eating disorders culture-bound syndromes? Implications for conceptualizing their etiology. *Psychological bulletin*, 129(5), 747. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.747>

- Kerr, G., Berman, E. ve Souza, M. J. D. (2006). Disordered eating in women's gymnastics: Perspectives of athletes, coaches, parents, and judges. *Journal of applied sport psychology*, 18(1), 28-43. <https://doi.org/10.1080/10413200500471301>
- Keski-Rahkonen, A. ve Mustelin, L. (2016). Epidemiology of eating disorders in Europe: prevalence, incidence, comorbidity, course, consequences, and risk factors. *Current opinion in psychiatry*, 29(6), 340-345. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000278>
- Kılıç, A. (2020). *Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıkları, sosyal medya kullanım amaçları ve romantik ilişki doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Biruni Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Kiecolt-Glaser, J. K. ve Newton, T. L. (2001). Marriage and health: *His and hers*. *Psychological Bulletin*, 127, 472–503. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.4.472>
- Kirby, J. S., Runfolo, C. D., Fischer, M. S., Baucom, D. H., ve Bulik, C. M. (2015). Couple-based interventions for adults with eating disorders. *Eating Disorders*, 23(4), 356-365.
- Klesges, R. C. (1983). An analysis of body image distortions in a nonpatient population. *International Journal of Eating Disorders*, 2(2), 35-41.
- Knox, D. (1979). *Exploring marriage and the family*. Pearson Scott Foresman.
- Kobak, R.R. ve Hazan, C. (1991). “Attachment in Marriage: Effects of Security and Accuracy of Working Models”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861- 869. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.6.861>
- Kohn, C. S. ve Sayers, S. L. (2005). Extreme relationship standards in the context of discordant and non-discordant couples. *Cognitive and Behavioral Practice*, 12(3), 319 – 323, doi:10.1016/S1077-7229(05)800549.14.76.1.72. [https://doi.org/10.1016/S10777229\(05\)80054-9](https://doi.org/10.1016/S10777229(05)80054-9)
- Köroğlu, A. Y. ve Derin, D. Ö. (2019). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Yeme Tutumları ve Bunu Etkileyen Faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 7(2), 157-169. <https://doi.org/10.33715/inonusaglik.616115>

- Kurdek, L. A. (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first 10 years of marriage. *Developmental Psychology*, 35, 1283–1296. Lavner, J. A., Lamk
- Küçükarslan, M. ve Gizir, C. A. (2013). Romantik İnançlar Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 461-469. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/mersinefd/issue/17383/181561>
- La Rocque, C. L. ve Cioe, J. (2011). An evaluation of the relationship between body image and sexual avoidance. *Journal of sex research*, 48(4), 397-408. doi:10.1080/00224499.2010.499522
- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., ve Michaels, S. (2000). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States*. University of Chicago press.
- Laurent, S. M. ve Simons, A. D. (2009). Sexual dysfunction in depression and anxiety: conceptualizing sexual dysfunction as part of an internalizing dimension. *Clinical psychology review*, 29(7), 573-585. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.06.007>
- Laus, M. F., Almeida, S. S. ve Klos, L. A. (2018). *Body image and the role of romantic relationships*. *Cogent Psychology*, 5(1), 1–16. doi:10.1080/23311908.2018.149698
- Lee, J. A. (1973). *Colours of love: An exploration of the ways of loving*. New Press.
- Loth, K., van den Berg, P., Eisenberg, M. E., ve Neumark-Sztainer, D. (2008). Stressful life events and disordered eating behaviors: Findings from Project EAT. *Journal of Adolescent Health*, 43(5), 514-516.
- Kaplan, S. (1987). Aesthetics, affect, and cognition: Environmental preference from an evolutionary perspective. *Environment and behavior*, 19(1), 3-32. <https://doi.org/10.1177/0013916587191001>
- Levine, M. P. ve Murnen, S. K. (2009). “Everybody knows that mass media are/are not (pick one) a cause of eating disorders”: A critical review of evidence for a causal link between media, negative body image, and disordered eating in females. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28, 9–42. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2009.28.1.9>

- Lewis, M. A., Butterfield, R. M., Darbes, L. A. ve Johnston-Brooks, C. (2004). The conceptualization and assessment of health-related social control. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 669–687. <https://doi.org/10.1177/0265407504045893>
- Lowe, M. R. ve Timko, C. A. (2004). What a difference a diet makes: Towards an understanding of differences between restrained dieters and restrained nondieters. *Eating Behaviors*, 5(3), 199-208. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2004.01.006>
- Macht, M. (1999). Characteristics of eating in anger, fear, sadness and joy. *Appetite*, 33(1), 129-139. <https://doi.org/10.1006/appe.1999.0236>
- Markey, C. N., Markey, P. M. ve Birch, L. L. (2001). Interpersonal predictors of dieting practices among married couples. *Journal of Family Psychology*, 15(3), 464. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.3.464>
- Markey, C. N., Gomel, J. N. ve Markey, P. M. (2008). Romantic relationships and eating regulation: An investigation of partners' attempts to control each others' eating behaviors. *Journal of Health Psychology*, 13, 422–432. <https://doi.org/10.1177/1359105307088145>
- McCarthy, M. (1990). The thin ideal, depression and eating disorders in women. *Behaviour research and therapy*, 28(3), 205-214. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(90\)90003-2](https://doi.org/10.1016/0005-7967(90)90003-2)
- McNulty, J. K., Wenner, C. A., ve Fisher, T. D. (2016). Longitudinal associations among relationship satisfaction, sexual satisfaction, and frequency of sex in early marriage. *Archives of sexual behavior*, 45, 85-97.
- Meana, M. ve Nunnink, S. E. (2006). Gender differences in the content of cognitive distraction during sex. *Journal of Sex Research*, 43(1), 59-67. <https://doi.org/10.1080/00224490609552299>
- Morgan, J. B., Kimber, A. C., Redfern, A. M. ve Stordy, B. J. (1995). Healthy eating for infants—mothers' attitudes. *Acta Paediatrica*, 84(5), 512-515. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.1995.tb13684.x>
- Moore, D. D., Lin, C. ve Cooper, C. E. (2021). A need of further training for marriage and family therapy students on food addiction and related eating disorders. *The Qualitative Report* 26(10), 3046-3066. DOI:10.46743/2160-3715/2021.4533

- Moss, B. F. ve Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family relations*, 31-37. <https://doi.org/10.2307/584918>
- Moss, E. ve Willoughby, B. J. (2018). Associations between beliefs about marriage and life satisfaction: The moderating role of relationship status and gender. *Journal of Family Studies*, 24(3), 274-290. <https://doi.org/10.1080/13229400.2016.1187658>
- Morrison, K. R., Doss, B. D. ve Perez, M. (2009). Body image and disordered eating in romantic relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28, 281-306. doi:10.1521/jscp.2009.28.3.281
- Muehlenkamp, J. J. ve Saris-Baglama, R. N. (2002). Self-objectification and its psychological outcomes for college women. *Psychology of Women Quarterly*, 26(4), 371-379. <https://doi.org/10.1111/1471-6402.t01-1-00076>
- Murnen, S. K. ve Smolak, L. (1997). Femininity, masculinity, and disordered eating: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 22(3), 231-242. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199711\)22:3<231::AID-EAT2>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199711)22:3<231::AID-EAT2>3.0.CO;2-O)
- Muscat, A. C. ve Long, B. C. (2008). Critical comments about body shape and weight: Disordered eating of female athletes and sport participants. *Journal of applied sport psychology*, 20(1), 1-24. <https://doi.org/10.1080/10413200701784833>
- Myers, T. A. ve Crowther, J. H (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*, 118, 683-698. <http://dx.doi.org/10.1037/a0016763>
- Nobuyuki, S. (2014). The psychology of eating from the point of view of experimental, social, and applied psychology. *Psychology in Russia: State of the art*, 7(1), 14-22.
- Nock, S. L. (1995). A comparison of marriages and cohabiting relationships. *Journal of Family Issues*, 16, 53-76. <https://doi.org/10.1177/019251395016001004>
- Noll, S. M. ve Fredrickson, B. L. (1998). A mediational model linking self-objectification, body shame, and disordered eating. *Psychology of women quarterly*, 22(4), 623-636. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1998.tb00181.x>

- O'Hara, S. K. ve Smith, K. C. (2007). Presentation of eating disorders in the news media: What are the implications for patient diagnosis and treatment? *Patient education and counseling*, 68(1), 43-51. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2007.04.006>
- Olmsted, M. P., Colton, P. A., Daneman, D., Rydall, A. C., & Rodin, G. M. (2008). Prediction of the onset of disturbed eating behavior in adolescent girls with type 1 diabetes. *Diabetes Care*, 31(10), 1978-1982. <https://doi.org/10.2337/dc08-0333>
- Oral, N. ve Şahin, N. H. (2008). Yeme tutum bozukluğunun kişilerarası şemalar, bağlanma, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 37-48.
- Orr, J., Layte, R., ve O'Leary, N. (2017). Sexual Activity and Relationship Quality in Middle and Older Age: Findings From The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA). *The Journals of Gerontology: Series B*. doi:10.1093/geronb/gbx038
- Ozorhan, E.Y. (2012). Determining status of perception of the pregnant regarding body image during pregnancy Ataturk University Health Sciences Institute. High License Dissertation. Erzurum.
- Öyekçin, D. G. ve Şahin, E. M. (2011). Approach to eating disorders. *Turkish Journal of Family Practice*, 15(1), 29-35.
- Öz, F. (2010). Fundamental Concepts in Health. Ankara, Mattek Matbaacılık
- Özgüven, E. (2000). Evlilik ve aile terapisi. Pdrem Yayınları. Ankara.
- Özteke, H. İ. (2015). *Bağlanma, eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar ve beden imgesi baş etme stratejilerinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordaması* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- Paxton, S. J., Schutz, H. K., Wertheim, E. H. ve Muir, S. L. (1999). Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraint, extreme weight-loss behaviors, and binge eating in adolescent girls. *Journal of abnormal psychology*, 108(2), 255. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.108.2.255>
- Pereira, R. F. ve Alvarenga, M. (2007). Disordered eating: identifying, treating, preventing, and differentiating it from eating disorders. *Diabetes Spectrum*, 20(3), 141-148. <https://doi.org/10.2337/diaspect.20.3.141>

- Petrie, T. A. ve Greenleaf, C. A. (2007). Eating disorders in sport: From theory to research to intervention.
- Pines, A. M. ve Nunes, R. (2003). The Relationship Between Career and Couple Burnout: Implications for Career and Couple Counseling. *Journal of Employment Counseling*, 40 (2), 50-64. DOI: 10.1002/j.2161-1920.2003.tb00856.x
- Pinheiro, A.P., Raney, T.J., Thornton, L.M., Fichter, M.M., Berrettini, W.H., Goldman, D., Halmi, K.A., Kaplan, A.S., Strober, M., Treasure, J., Woodside, D.B., Kaye, W.H. and Bulik, C.M. (2010), Sexual functioning in women with eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 43: 123-129. <https://doi.org/10.1002/eat.20671>
- Pole, M., Crowther, J. H. ve Schell, J. (2004). Body dissatisfaction in married women: the role of spousal influence and marital communication patterns. *Body image*, 1, 267–278. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.06.001>
- Power, Y., Power, L., ve Canadas, M. B. (2008). Low socioeconomic status predicts abnormal eating attitudes in Latin American female adolescents. *Eating Disorders*, 16(2), 136-145.
- Priest, J., Burnett, M., Thompson, R., Vogel, A. ve Schvaneveldt, P. (2009). Relationship dissolution and romance and mate selection myths. *Family Science Review*, 14:48- 57.
- Rhodes, G. (2006). The evolutionary psychology of facial beauty. *Annu. Rev. Psychol.*, 57, 199-226. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.57.102904.190208>
- Riss S, Schwameis K, Mittlböck M, Pones M., Riedl M., Stift A., Voselgang H., ve Reinisch W. (2013). Sexual function and quality of life after surgical treatment for anal fistulas in Crohn's disease. *Techniques Coloproctology* 17, 89-94. <https://doi.org/10.1007/s10151-012-0890-x>
- Rogers, P. J. ve Green, M. W. (1993). Dieting, dietary restraint and cognitive performance. *British Journal of Clinical Psychology*, 32(1), 113-116. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1993.tb01034.x>
- Rozin, P., Haidt, J., ve McCauley, C. R. (1999). Disgust: The body and soul emotion. T. Dalgleish ve M. J. Power (Ed), *Handbook of cognition and emotion* içinde 2. Baskı, 293-319. Chichester, UK: Wiley.

- Runfola, C. D., Von Holle, A., Peat, C. M., Gagne, D. A., Brownley, K. A., Hofmeier, S. M. ve Bulik, C. M. (2013). Characteristics of women with body size satisfaction at midlife: results of the Gender and Body Image (GABI) Study. *Journal of women & aging*, 25(4), 287-304. <https://doi.org/10.1080/08952841.2013.816215>
- Rusbult, C.E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the Investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172-186.
- Rusbult, C. E. (2003). Interdependence in close relationships. *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes*, 357-387.
- Rusbult, C.E., Martz, J. M., ve Agnew, C. R. (1998). The investment model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357-391.
- Saçaklı, A. (2019). Romantik ilişkilerin gücü. *PiVOLKA*, 14.
- Sağkal, A. S. ve Özdemir, Y. (2018). Algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği'nin (arikö) türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (46), 22-40. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.329888>
- Saleh, R. N., Salameh, R. A., Yhya, H. H. ve Sweileh, W. M. (2018). Disordered eating attitudes in female students of An-Najah National University: a cross-sectional study. *Journal of eating disorders*, 6, 1-6. doi:10.1186/s40337-018-0204
- Salter, M. (2000). *Altered Body Image The Nurse's Role*. New York: Baillire
- Saraç, Ayça–Hamamcı, Zeynep – Güçray, Sonay. “Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunun Yordanması”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 5/43 (2015): 69-81. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21463/230066>
- Schwab, J. J., ve Harmeling, J. D. (1968). Body image and medical illness. *Psychosomatic Medicine*, 30(1), 51-61.
- Schembri, C. ve Evans, L. (2008). Adverse relationship processes: The attempts of women with bulimia nervosa symptoms to fit the perceived ideal of intimate partners. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 16(1), 59-66. <https://doi.org/10.1002/erv.797>

- Senchak, M. ve Leonard, K.E. (1992) "Attachment Styles and Marital Adjustment among Newlywed Couples", *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 51-64. <https://doi.org/10.1177/0265407592091003>
- Shafran, R. ve Robinson, P. (2004). Thought-shape fusion in eating disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(4), 399-408. <https://doi.org/10.1348/0144665042389008>
- Sharp, E. A. ve Ganong, L. H. (2000). Raising awareness about marital expectations: Are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? *Family relations*, 49(1), 71-76. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2000.00071.x>
- Sheets, V. ve Ajmere, K. (2005). Are romantic partners a source of college students' weight concern? *Eating Behaviors*, 6, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2004.08.008>
- Shulman, S. ve Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27-39. DOI: 10.1177/2167696812467330 ea.sagepub.com
- Singh, D. (1993). Body shape and women's attractiveness: The critical role of waist-to-hip ratio. *Human nature*, 4, 297-321. doi:10.1007/bf02692203
- Singh, D., Dixon, B. J., Jessop, T. S., Morgan, B. ve Dixon, A. F. (2010). Cross-cultural consensus for waist-hip ratio and women's attractiveness. *Evolution and Human Behavior*, 31(3), 176-181. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2009.09.001>
- Solmuş, T. (2010). Romantik ilişkiler, evlilik ve anne-baba çocuk ilişkileri. T, Solmuş (Ed.), *Eş seçiminden boşanmaya romantik ilişkiler, evlilik ve aile*, 1-24. İstanbul: Nobel.
- Stackert, R.A. ve Bursik, K. (2003). Why I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00124-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1)
- Steer, A., ve Tiggemann, M. (2008). The role of self-objectification in women's sexual functioning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(3), 205-225. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.3.205>
- Stepp, L. S. (2007). *Unhooked: How young women pursue sex, delay love and lose at both*. New York: Riverhead Books.

- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Stewart, S., Stinnett, H. ve Rosenfeld, L. B. (2000). Sex differences in desired characteristics of short-term and long-term relationship partners. *Journal of social and personal relationships*, 17(6), 843-853. <https://doi.org/10.1177/0265407500176008>
- Stice, E. (2001). A prospective test of the dual-pathway model of bulimic pathology: mediating effects of dieting and negative affect. *Journal of abnormal psychology*, 110(1), 124. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.110.1.124>
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta- analytic review. *Psychological Bulletin*, 128(5), 825–848.
- Stice, E., Maxfield, J. ve Wells, T. (2003). Adverse effects of social pressure to be thin on young women: An experimental investigation of the effects of “fat talk”. *International Journal of Eating Disorders*, 34(1), 108-117. <https://doi.org/10.1002/eat.10171>
- Stice, E. ve Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13(3), 288-308. <https://doi.org/10.1521/jscp.1994.13.3.288>
- Stuckert, R. P. (1973). Role perception and marital satisfaction: A configurational approach. *Marriage and Family Living*, 25(4), 415-419. <https://doi.org/10.2307/349038>
- Sullivan, H. S. (1953). The interpersonal theory of psychiatry. New York: Norton.
- Sullivan, B. F. ve Schwebel, A. I. (1995). Relationship beliefs and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *The Family Journal*, 3(4), 298-305. <https://doi.org/10.1177/1066480795034003>
- Sundgot-Borgen, J. (1994). Risk and trigger factors for the development of eating disorders in female elite athletes. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. <https://doi.org/10.1249/00005768-199404000-00003>
- Süzer, M. (2022). *Kadınlarda cinsel doyum ile beden algısı ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

- Symons, D. (1979). The Evolution of Human Sexuality: The Latest Word and the Last: The Evolution of Human Sexuality. *The Quarterly Review of Biology*. 54 (3). 309- 314.
- Swartz, M., Blazer, D., George, L. ve Winfield, I. (1990). Estimating the prevalence of borderline personality disorder in the community. *Journal of Personality Disorders*, 4(3), 257–272. <https://doi.org/10.1521/pedi.1990.4.3.257>
- Şimşek, M. Z. (2018). *Romantizm ve eş seçimi tutumunun romantik ilişki yaşantıları ve romantik ilişkilerdeki inançlar açısından incelenmesi* (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Tapper, K. ve Pothos, E. M. (2010). Development and validation of a food preoccupation questionnaire. *Eating Behaviors*, 11(1), 45-53. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2009.09.003>
- Taskın, L., Kukulu, K. (2011). *Obstetrics and Gynecology Nursing*. Ankara, Offset System Printing, 1-17.
- Thombs DL., Rosenberg J., Mahoney CA., Daniel EL. (1996). Weight loss expectancies, relative weight, and symptoms of bulimia in young women. *Journal of College Student Development*. 37(4), 405-413.
- Thompson, J. K. ve Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 181–183. <http://dx.doi.org/10.1111/1467-8721.00144>
- Tiggemann, M. ve Williamson, S. (2000). The effect of exercise on body satisfaction and self-esteem as a function of gender and age. *Sex Roles*, 43, 119-127. [doi:10.1023/a:1007095830095](https://doi.org/10.1023/a:1007095830095)
- Timmerman, G. M. ve Gregg, E. K. (2003). Dieting, perceived deprivation, and preoccupation with food. *Western Journal of Nursing Research*, 25(4), 405-418. <https://doi.org/10.1177/0193945903025004006>
- Tolmacz, R., Bachner-Melman, R., Lev-Ari, L. ve Brondvine, D. (2021). Associations between pathological eating, relational attitudes and satisfaction in romantic relationships. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 1-3. [doi:10.1007/s40519-021-01283-5](https://doi.org/10.1007/s40519-021-01283-5)

- Tozzi, R, Sullivan, P. R, Fear, J, L., McKenzie, J ve Bulik, C. M, (2003). Causes and recovery in anorexia nervosa: The patient's perspective. *The International Journal of Eating Disorders*, 33(2), 143-154. <https://doi.org/10.1002/eat.10120>
- Troisi, A., Massaroni, P. ve Cuzzolaro, M., (2005). Early Separation Anxiety And Adult Attachment Style İn Women With Eating Disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 44: pp.89-97. <https://doi.org/10.1348/014466504X20053>
- Tunç, S. (2005). *Gebelik ve cinsel doyum* (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Tuzer, D. (2016) *Üniversite Öğrencilerinin Eş Seçimi Tutumlarının Bireysel Özellikleri Açısından İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Tüfekçi, S. (2008). *Romantik ilişkilerde genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumları ve kişilik özellikleri: Transaksiyonel analiz ego durumları açısından bir değerlendirme* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)).
- Türk, E. G. ve Yıldız, A. D. (2017). Aşk biçemleri, ilişki doyumu ve yalnızlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(48). Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/41239/498110>
- Tylka, T. L. (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*, 8(3), 199-207. doi: 10.1016/j.bodyim.2011.04.008
- Umberson, D. (1992). Gender, marital status, and the social control of health behavior. *Social Science and Medicine*, 34, 907–917. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(92\)90259-S](https://doi.org/10.1016/0277-9536(92)90259-S)
- Ünalın, D., Öztop, D. B., Elmalı, F., Öztürk, A., Konak, D., Pırlak, B. ve Güneş, D. (2009). Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Journal of Turgut Ozal Medical Center*, 16(2), 75-82. <https://dergipark.org.tr/en/pub/totm/issue/13101/157814>
- Valentine, K. A., ve Li, N. P. (2012). Mate selection. *The encyclopedia of human behavior*, 2, 564-570.

- Van den Brink, F., Vollmann, M., Sternheim, L. C., Berkhout, L. J., Zomerdijs, R. A., & Woertman, L. (2017). *Negative Body Attitudes and Sexual Dissatisfaction in Men: The Mediating Role of Body Self-Consciousness During Physical Intimacy*. *Archives of Sexual Behavior*, 47(3), 693–701. doi:10.1007/s10508-017-1016-3
- Van den Broucke, S. ve Vandereycken, W. (1988). Anorexia and bulimia nervosa in married patients: A review. *Comprehensive Psychiatry* 29(2), 165-173. [https://doi.org/10.1016/0010-440X\(88\)90010-7](https://doi.org/10.1016/0010-440X(88)90010-7)
- Yılmaz, B. (2017). *Bir grup lise öğrencisinin internet kullanımlarının beden algıları ve yeme tutumları ile ilişkisi* (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Yorukoglu, K. (2003). *The Influence of sports on the self-concept and body image of children between the ages of 15 and 17*. Akdeniz University Institute of Health Science, Higher Bachelor Thesis, Antalya.
- Yurtsever, S. S., ve Sütcü, S. T. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimleri ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20-37.
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2002). The development of romantic relationships and adaptations in the system of peer relationships. *Journal of Adolescent Health*, 31, 216-225. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(02\)00504-9](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(02)00504-9)
- Zubatsky, M., Berge, J., ve Neumark-Sztainer, D. (2014). *Longitudinal associations between parenting style and adolescent disordered eating behaviors*. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 20(2), 187–194. doi:10.1007/s40519-014-0154-z
- Walker, D. C., Donahue, J. M., Heiss, S., Gorrell, S., Anderson, L. M., Brooks, J. M., Ehrlich, E. P., Morison, J. N. ve Anderson, D. A. (2021). Rapid response is predictive of treatment outcomes in a transdiagnostic intensive outpatient eating disorder sample: a replication of prior research in a real-world setting. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26, 1345-1356. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00939-y>
- Wansink, B. (2010). From mindless eating to mindlessly eating better. *Physiology & behavior*, 100(5), 454-463. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2010.05.003>

- Weaver, A. D. ve Byers, E. S. (2006). The relationships among body image, body mass index, exercise, and sexual functioning in heterosexual women. *Psychology of Women Quarterly*, 30(4), 333-339. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2006.00308.x>
- Whisman, M. A. ve Friedman, M. A. (1998). *Cognitive Therapy and Research*, 22(2), 149–160. doi:10.1023/a:1018728322555
- Wiederman, M.W. (2002). Body image and sexual functioning. In T.F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 287-294). New York: Guilford Press.
- Woertman, L. ve Van den Brink, F. (2012). Body image and female sexual functioning and behavior: A review. *Journal of sex research*, 49(2-3), 184-211. <https://doi.org/10.1080/00224499.2012.658586>
- Wood, W. ve Eagly, A.H. (2002). “A Cross-cultural analysis of the behavior of women and men: Implications for the origins of sex differences”, *Psychological Bulletin*, 128,(5), ss.699–727 <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.5.699>
- Woodside, D. B., Lackstrom, J. B. ve Shekter-Wolfson, L. (2000). Marriage in eating disorders comparisons between patients and spouses and changes over the course of treatment. *Journal of Psychosomatic Research*, 49(3), 165-168. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(00\)00154-9](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(00)00154-9)
- Wright, H. N. (1992). *The premarital counseling handbook*. Moody Publishers.

EKLER

Ek 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek lisans kapsamında Dr. Öğr. Üyesi Zafer Tapancı'nın danışmanlığında Beril Eser tarafından yürütülmektedir. Bu araştırmanın amacı; Yeme Tutumu ve Cinsel İlişki Esnasındaki Beden Algısının, Eş Seçimi ve Romantik İlişki Kalitesi ile ilişkisinin incelenmesidir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Katılmayı kabul ettiğiniz takdirde , sizden bu konudaki soruları okuyup cevaplamanız istenecektir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen yönergeleri takip ederek size en uygun olduğunu düşündüğünüz yanıtı vermeye çalışınız. Çalışmanın geçerliliği açısından hiç bir soruyu boş bırakmamanız gerekmektedir. Çalışmada sizden kimliğinize dair herhangi bir bilgi istenmeyecek, sorulara vereceğiniz cevaplar tamamen gizli tutulacak, bireysel bir değerlendirme yapılmayacaktır. Çalışma sonuçları sadece araştırmacı tarafından bilimsel bir zeminde değerlendirilecektir. Çalışmaya katılım süresi yaklaşık 15 dakikadır. İstedığınız zaman katılımı sonlandırabilirsiniz. Çalışma hakkında görüş bildirmek veya sonucunu öğrenmek isterseniz Psikolog Beril Eser ile iletişime geçebilirsiniz. **Bu çalışma son 3 aydır devam eden ilişkisi (evlilik, nişan, söz, romantik ilişki v.b.) olan bireylerle yapılmaktadır. Son 3 aydır devam eden ilişkiniz var ise ölçekleri doldurmaya başlayabilirsiniz.**

Katılımınız için çok teşekkür ederim.

() Evet, onaylıyorum.

Ek 2: Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Sosyo-Demografik Bilgi Formu

1. Yaşınız:
2. Cinsiyetiniz: () Kadın () Erkek () Diğer
3. Medeni Durumunuz: () Evli () Bekar () İlişkisi var () İlişkisi yok
4. Romantik İlişki Süreniz
() 6 aydan az () 6-12 ay () 1-3 yıl () 3-6 yıl () 6 yıldan fazla
5. Cinsel kimliğinizi nasıl tanımlarsınız?
() Heteroseksüel (Duygusal ve cinsel olarak karşı cinse ilgi duyan)
() Gay/Lezbiyen (Duygusal ve cinsel olarak aynı cinse ilgi duyan)
() Biseksüel (Duygusal ve cinsel olarak her iki cinse ilgi duyan)
() Transseksüel (Cinsiyet değişimi)
() Diğer
6. Eğitim Durumunuz:
() İlkokul mezunu () Üniversite öğrencisi ya da mezunu
() Ortaokul mezunu () Yüksek Lisans / Doktora
() Lise mezunu

7. Bir işte çalışıyor musunuz?

☐ Evet ☐ Hayır ☐ Emekli

8. Ekonomik durumunuzu nasıl tanımlarsınız?

☐ 8.500-10.000 ☐ 10.001-15.000 ☐ 15.001-20.000 ☐ 20.001 ve üstü

9. Kilonuzdan memnun musunuz?

☐ Çok memnunum ☐ Memnunum ☐ Kararsızım ☐ Memnun değilim

☐ Hiç memnun değilim

10. Kilonuz için kendinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?

☐ Çok zayıf ☐ Zayıf ☐ Normal ☐ Kilolu ☐ Çok Kilolu

11. Kilo vermek için hiç diyetisyene başvurduğunuz mu?

☐ Hayır ☐ Evet

12. Herhangi bir kronik tıbbi hastalığınız var mı?

☐ Hayır ☐ Evet

Evet ise lütfen rahatsızlığınızı belirtiniz;

13. Daha önce psikiyatrik tedavi gördünüz mü?

☐ Hayır ☐ Evet

14. Aktif olarak psikiyatrik ilaç kullanıyor musunuz?

☐ Hayır ☐ Evet

15. Cinsel İlişki Sıklığınız

☐ Ayda 1'den az ☐ Ayda 1 kez ☐ Ayda bir kaç kez

☐ Haftada bir kaç kez ☐ Her gün

16. İlk cinsel deneyiminizi yaşadığınızda kaç yaşındaydınız?

17. İlk cinsel deneyiminizi nasıl yorumlarsınız?

☐ Çok kötü ☐ Kötü ☐ Normal ☐ İyi ☐ Çok İyi

Ek 3: Yeme Tutum Testi Kısa Formu (YTT-26)

Yeme Tutum Testi (YTT-26)

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

A. Bölümü: Aşağıdaki soruları tamamlayınız.

1) Doğum Tarihiniz Ay: Gün: Yıl:

2) Cinsiyetiniz Erkek Kadın

3) Boyunuz Cm.

4) Şuanki kilonuz:

5) En Yüksek Kilonuz (Hamilelik Hariç):

6) Yetişkinlikteki En Düşük Kilonuz:

7) İdeal Kilonuz:

B. Bölümü: Aşağıda yer alan her bir ifade için size uygun gelen bir şıkla işaretleyiniz.

Dai
ma

Çok sı
Sık

Sık
Sık

Bazen

Nadi
ren

Hiçbir
zaman

1. Şişmanlamaktan ödüm kopar.

2. Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.

3. Kendimi sürekli yemek düşündürken bulurum.

4. Yemek yemeyi durduramadığımı hissettiğim zamanlar olur.

5. Yiyeceğimi küçük parçalara bölerim.

6. Yediğim yiyeceklerin kalorisini bilirim.

7. Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçınırım.

8. Başkaları, benim daha fazla yememi tercih ediyorlar gibi gelir.

9. Yemek yedikten sonra kusarım.

10. Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.

11. Zayıf olma arzusu zihnimi meşgul eder.

12. Egzersiz yaptığında, harcadığım kalorileri düşündürürüm.

13. Başkaları çok zayıf olduğumu düşünür.

14. Vücudunda yağ birikeceği (şişmanlayacağım) düşüncesi zihnimi meşgul eder.

15. Yemeklerimi yemek, başkalarınınkinden daha uzun sürer.

16. Şekerli yiyeceklerden kaçınıyorum.							
17. Diyet (perhiz) yemekleri yerim.							
18. Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.							
19. Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.							
20. Yemek yeme konusunda başkalarının bana baskı yaptığını hissedirim.							
21. Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok fazla zamanımı alır.							
22. Tatlı yedikten sonra rahatsız hissedirim.							
23. Diyet yaparım.							
24. Midemin boş olmasından hoşlanırım.							
25. Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.							
26. Şekerli, yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.							
C. Bölümü: Davranışsal Sorular: Geçtiğimiz 6 ayda;		Hiçbir zaman	Ayda bir ya da daha az	Ayda 2-3 kez	Hafta da bir kez	Hafta da 2-6 kez	Günde bir ya da daha çok kez
A	Durduramayacağımızı hissettiğimiz tıkmırcasına yeme ataklarımız 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 idrar söktürücü kullandınız mı?						
D	Kilo vermek ya da kilonuzu kontrol etmek için bir günde 60 dakikadan fazla egzersiz yaptınız mı?						
E	Geçtiğimiz 6 ayda 9 kilodan fazla verdiniz mi?	Evet			Hayır		
*Tıkmırcasına yeme atakları: aynı şartlarda pek çok kişinin yiyebildiğinden çok daha fazla yemek ve yeme kontrolünü kaybettiğiniz hissi olarak tanımlanmaktadır.							
© Copyright: EAT-26: (Garner et al. 1982, <i>Psychological Medicine</i> , 12, 871-878); D. Garner'ın izniyle adaptasyonu yapılmıştır.							

Ek 4: Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Ölçeği

Cinsel İlişki Esnasında Bedeni Algılama Anketi (The Body Exposure during Sexual Activities Questionnaire –BESAQ)

Aşağıdaki listede cinsel ilişki esnasında bireyin deneyimlediği ya da sahip olduğu (aklını meşgul eden) duygu ve düşüncelerle ilgili ifadeler listelenmiştir. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve cinsel ilişki esnasındaki deneyimlerinizin nasıl olduğunu tanımlayınız. Aşağıdaki ölçeği kullanarak 0 ile 4 arasında değerlerden oluşan, dürüstçe verdiğiniz yanıtları her ifadenin sol tarafında bulunan boşluğa yazınız.
0= Asla 1= Nadiren 2= Bazen 3= Sık sık 4= Her zaman

	1. Cinsel ilişki esnasında partnerimin vücudumun tutukluğuyla ilgili bir şeyleri fark edeceğimi düşünüyorum.
	2. Cinsel ilişki esnasında partnerim vücudumun çekici olmayan yönlerini bulacak diye kaygılanırım.
	3. Cinsel ilişki esnasında vücut görüntümün nasıl olduğuna dikkat etmem.
	4. Cinsel ilişki esnasında vücut görüntümle ilgili bir şeyler beni çekingen yapar.
	5. Partnerim üzerindeki kileri çıkarırken rahatımdır.
	6. Cinsel ilişki esnasında vücudumu çarşaf ya da örtü altına saklamayı tercih ederim.
	7. Cinsel ilişki esnasında partnerimin cinsel organıma bakması konusunda rahatımdır (Bakmasından rahatsız olmam).
	8. Cinsel ilişki esnasında partnerimin vücudumu itici bulacağı konusunda kaygılanırım.
	9. Cinsel ilişki esnasında partnerim cinsel organımın görüntü veya boyutunu yetersiz ya da gösterişsiz bulacağı için kaygılanırım.
	10. Partnerim beni çıplak gördüğü zaman hiçbir şey saklamam.
	11. Cinsel ilişki esnasında vücudumun seksi gördüğünü düşünürüm.
	12. Cinsel ilişki esnasında partnerimin beni tamamen çıplak görmesinden hoşlanmam.
	13. Partnerimin beni elbiselerim olmadan gördüğünde heyecanlandığını tahmin ederim.
	14. Cinsel ilişki esnasında elbisemin belli kısımlarını çıkarmamayı tercih ederim.
	15. Cinsel ilişki esnasında vücudumun farkındayım.
	16. Cinsel ilişki esnasında partnerim genitallerimin koku ve görüntüsünü itici bulacağı için kaygılanırım.
	17. Cinsel ilişki esnasında vücudumun belli bölgelerini saklamaya çalışırım. ilgisinin kaybolmasını sağlamasından kaygılanırım.
	22. Cinsel ilişki esnasında kilomu düşünmemek zor.
	23. Sevişirken odanın aydınlık olması kendimin farkında olmamı sağlar.
	24. Cinsel ilişki esnasında partnerime vücut bölümlerimi açma konusunda çoğunlukla rahatımdır.
	25. Cinsel ilişki esnasında partnerimin vücuduma bakmasından hoşlanırım.
	26. Cinsel ilişki esnasında partnerimin vücudunda görmesini istemediğim yerleri saklamak için belli poz veya pozisyonlardan kaçınırım.
	27. Cinsel ilişki esnasında vücudumun belli bölümlerinin nasıl gördüğünü düşünceleri dikkatimi dağıtır.
	28. Cinsel ilişki öncesinde veya sonrasında partnerimin yanında çıplak dolaşırken rahatımdır.

Ek 5: Romantizm ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği (REST)

Romantik ilişki ve Eş Seçimi Tutum Ölçeği

Açıklama: Aşağıdaki ifadelerden her birini okuduktan sonra, bu ifadeye ne ölçüde katıldığınızı gösteren sütuna ait olan kutucuğun içini (X) şeklinde işaretleyiniz.		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
		1	2	3	4	5
1	Çoğu yaşlılarım gibi, ben de bir gün evleneceğimden eminim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Evlenmem için uygun olan tek bir gerçek aşk vardır, o da evleneceğim kişiyle olan aşktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Birbirimize karşı hissettiğimiz sevgi, evlenmek için asgari düzeyde yeterli bir neden olmalıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4	Evlilik öncesi birlikte yaşamak, mutlu evliliği sürdürebilme şansımızı arttıracaktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	Sevgilimle evlenmeyi düşünmeden önce, evliliğimizin süreceğinden kesinlikle emin olmalıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6	Sevdiğim kişi benim için tamamiyle ideal olmasa bile onunla evlenebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7	Evlenilecek uygun kişiyi bulma, çabadan daha çok bir şans işidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8	Her yönüyle birbirine benzeyen çiftlerin ilişkileri çok sıradan ve sıkıcıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9	Ben hayatta bir kez evleneceğim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10	Dünyada mutlu bir evlilik yapabileceğim birçok kişi vardır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11	Birbirimize duyduğumuz aşk, mutlu bir evlilik yürütmek için yeterli olmalıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12	Evlilik öncesi birlikte yaşarsak, evliliğimizde daha mutlu olacağımıza inanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13	Evlenmeden önce iyi bir eş olacağımdan tamamen emin olmalıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14	İlişkimizdeki her şey beni memnun etmiyorsa, sevgilimle evlenmemeliyim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15	Yeterince uzun süre beklersem, evlenebileceğim uygun kişi bir gün karşıma çıkar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16	Evlenmeye karar verdiğim zaman, gelecekteki eşimle benzer özelliklere sahip olmak benim için önemlidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17	Dünyanın bir yerinde benim için uygun olan evlenmem gereken bir eş vardır, ben de başkaları için öyleyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18	Birbirimizi sevdiğimiz sürece, evliliğe giden yolda hiçbir engel tanınamalıyız.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19	İlişkimizi sınamanın bir yolu olarak, evlenmeden önce birlikte amak bizim için iyi bir fikirdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20	Gelecekteki eşim ve ben evlenmeden önce çok iyi bir arkadaş olmalıyız.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21	Zamanın güçlü sevgimizi aşındırmayacağına inanana kadar evlenmemeliyiz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22	Evleneceğim kişi bir eşte aradığım tüm niteliklere sahip olmalıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23	Evlenecek uygun kişiyi bulmak, benim kontrol edebileceğim bir şey değildir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24	Birçok yönden bana benzeyen biriyle evlendiğimde ilişkimiz daha güçlü olacaktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25	Dünyada evlenebileceğim 'sadece bir tek' uygun kişi vardır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26	Ancak bir aptal, çok sevdiği biriyle evlenmekten kaçır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27	Evlenmeden önce birlikte yaşamak, evliliğimizin nasıl gideceğini sınamanın iyi bir yoludur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Ek 6: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği

ALGILANAN ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİ ÖLÇEĞİ (ARİKÖ)

Aşağıdaki ifadelere ne düzeyde katıldığınızı belirtirken, lütfen ŞU ANKI partneriniz ve ilişkiniz hakkında dikkatlice düşününüz. Her bir ifadeye sadece tek bir sayıyı daire içerisine alınız.

1. İlişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 *ÇOK*

2. İlişkinize kendinizi ne kadar adadınız?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 *ÇOK*

3. İlişkinizde birbirinize karşı ne kadar yakınlık hissediyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 *ÇOK*

4. İlişkinizde partnerinize ne kadar güveniyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 *ÇOK*

5. İlişkiniz ne kadar tutkulu?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 *ÇOK*

6. İlişkinizde partnerinizi ne kadar seviyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 *ÇOK*

ÖZGEÇMİŞ

Beril ESER, 2019 yılında %100 İngilizce okuduğu İzmir Ekonomi Üniversitesi Psikoloji bölümünden mezun olmuştur. 2019-2021 yılları arasında özel bir hastanede asistan psikolog olarak görev almıştır. Asistan psikologluk görevi esnasında İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programına başlamıştır. Aynı özel hastanede 2021 yılından itibaren koordinatör psikolog olarak görevini sürdürmek ile birlikte, özellikle Yeme Bozuklukları alanında çalışmaktadır. Türkçe ve İngilizce terapi uygulamakta, bir çok terapi tekniği kullanmaktadır.

,

