ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI İLE BEDEN İMGESİ BAŞ ETME STRATEJİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÖZ ŞEFKATİN ARACI ROLÜ

Sinem ÜNÜVAR
201195202

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı
Beden Psikoterapi Sertifikalı / Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Nesteren GAZİOĞLU

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Şubat, 2023

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI İLE BEDEN İMGESİ BAŞ ETME STRATEJİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÖZ ŞEFKATİN ARACI ROLÜ

Sinem ÜNÜVAR
201195202
ORCİD: 0000-0002-2922-8047

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı
Beden Psikoterapi Sertifikalı / Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Nesteren GAZİOĞLU

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Şubat, 2023



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Toplanması, Ortamda Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Tez sürecimde bana olan desteğini hiç esirgemeyen gerek bilgi birikimi ile gerekse verdiği pozitif enerji ve motivasyonuyla yanımda olan sevgili tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Nesteren Gazioğlu'na en içten teşekkürlerimi sunarım.

Tez savunma jürimde olmayı kabul eden Doç. Dr. Ferzan Curun ve Dr. Öğretim Üyesi Ayşenur Aktaş'a yaptıkları güzel yorumlar ve değerlendirmeler için çok teşekkür ederim.

Ben kendime inanmazken bile bana inanan, hayattaki en büyük destekçilerim olup sevgilerini her daim hissettiğim annem Didem Ünüvar'a, babam Cem Ünüvar'a, kardeşim Zeynep Ünüvar'a, anneannem Gülşen Bostancı'ya ve dedem Edhem Bostancı'ya sonsuz teşekkür ederim.

Sevincimde ve üzüntümde hep yanımda olan, hayallerimi sınırsız destekleyen, varlıklarıyla kendimi şanslı hissettiğim ve tez sürecimde tüm huysuzluklarımı çeken canım Ege Akvardar'a ve Mustafa Aker'e çok teşekkür ederim.

Tez sürecimde büyük bir sabırla bana yardımcı olan Selim Başoğlu'na ayrıca teşekkür ederim.

Burada bahsetmediğim ama kalbimi her daim sevgi ve mutlulukla doldurup hep yanımda olan diğer bütün sevdiklerime sonsuz teşekkür ederim.

Tezimi fiziksel olarak yanımda olamasa da manevi varlığı ile bana her zaman güç veren kuzenim Barış Kömürcü'ye ithaf ediyorum.

Sinem ÜNÜVAR

Şubat, 2023

ÖZET

ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI İLE BEDEN İMGESİ BAŞ ETME STRATEJİLERİNDE ÖZ ŞEFKATİN ARACI ROLÜ

Sinem Ünüvar

Yüksek Lisans Tezi

Beden Psikoterapi Sertifikalı / Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Nesteren Gazioğlu

Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2023

Çalışmanın amacı beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkatin aracılık rolünü incelemek ve bu konuda yapılacak yeni çalışmalara yol göstermektir. Bu doğrultuda 18-25 yaş arasında, İstanbul'da yaşayan 350 üniversite öğrencisinden veri toplanmış, kriterlere uymayan ve uç değerlere sahip olan katılımcıların çıkarılmasıyla toplamda 252 kişinin verisi ile analiz yapılmıştır. Veri toplamak amacıyla Demografik Bilgi Formu, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAETÖ-ÇF), Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği (BİBESÖ) ve Öz Duyarlılık Ölçeği (ÖDÖ) kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde Ortalama, Frekans, Yüzde Dağılımı ve Standart Sapma Hesaplamaları, Pearson Korelasyon Analizi, Bağımsız Gruplar T-testi ve Tek Yönlü ANOVA analizleri kullanılmıştır. Öz Şefkatin aracılık rolünde ise Aracık analizi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öz şefkatin algılanan ebeveyn tutumları alt boyutları ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkilerde aracılık rolü bulunmuştur. Değişkenler arası ilişkilerde anne baba duygusal sıcaklık ile olumlu mantıksal kabullenme stratejisi ve öz şefkat seviyesi arasında pozitif yönlü, görünüşü düzeltme ve kaçınma stratejileri arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Öz şefkat ile olumlu mantıksal kabullenme arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Anne ve baba aşırı koruyuculuk ve anne reddedicilik ile kaçınma ve görünüşü düzeltme stratejileri arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Çalışma bulguları ilgili literatür ile değerlendirilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Algılanan ebeveyn tutumları, beden imgesi baş etme stratejileri, öz şefkat, beliren yetişkinlik

ABSTRACT

THE MEDIATING ROLE OF SELF-COMPASSION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARENTING ATTITUDES AND BODY IMAGE COPING STRATEGIES IN UNIVERSITY STUDENTS

Sinem Ünüvar
Master Thesis
Department of Psychology
Clinical Psychology Body Psychotherapy Certification Programme
Thesis Advisor: Assist. Prof. Nesteren Gazioğlu
Maltepe University Graduate School, 2023

The study aims to examine the mediating role of self-compassion in the relationship between perceived parental attitudes and body image coping strategies in university students in emerging adulthood and to guide new studies on this subject. In this direction, data were collected from 350 university students between the ages of 18-25, living in Istanbul, and the analysis was made with the data of 252 people in total by removing the participants who did not meet the criteria. In order to collect data, Demographic Information Form, Perceived Parental Attitudes Scale-Child Form, Body Image Coping Strategies Scale and Self-Compassion Scale were used. Mean, Frequency, Percentage Distribution and Standard Deviation Calculations, Pearson Correlation Analysis, Independent Groups T-test, One Way ANOVA and Mediation analyzes were used in the analysis of the research data. According to the results of the research, the significant mediating role of self-compassion was found in the relations between the subscales of perceived parental attitudes and the body image coping strategies. In the relationships between the variables, positive correlations were found between parents' emotional warmth and positive logical acceptance strategy and self-compassion level, and negative correlations were found between the strategies of appearance correction and avoidance. A positive relationship was also found between self-compassion and positive logical acceptance. Negative relationships were found between maternal and paternal overprotection and maternal rejection, and avoidance and appearance correction strategies. The study findings were evaluated with the relevant literature.

Keywords: perceived parental attitudes, body image coping strategies, self-compassion, emerging adult

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZET v
ABSTRACT vi
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR LİSTESİ ix
ŞEKİLLER LİSTESİ xi
KISALTMALAR xiii
1.GİRİŞ 1
1.1. Problem 1
1.2. Amaç 6
1.3. Önem 7
1.4. Varsayımlar 7
1.5. Sınırlılıklar 8
1.6. Tanımlar 8
2.GENEL BİLGİLER 10
2.1.Beliren Yetişkinlik Dönemi 10
2.2. Beden İmgesi 12
2.2.1. Beden imgesinin belirleyicileri 13
2.2.2. Beden imgesi baş etme stratejileri 14
2.3. Ebeveyn Tutumları 16
2.3.1. Ebeveyn kabul-ret kuramı 18
2.3.2. Ebeveyn tutumları 19
2.4. Öz Şefkat 21
2.4.1 Öz şefkatin bileşenleri 23
3.YÖNTEM 27
3.1. Araştırma Modeli 27
3.2. Örneklem 27

3.3. Veri Toplama Araçları 29
3.3.1. Demografik bilgi formu 29
3.3.2. Öz duyarlılık ölçeği (ÖDÖ) 29
3.3.3. Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları-Çocuk formu (KAET-ÇF) 30
3.3.4. Beden imgesi baş etme stratejileri ölçeği (BİBSÖ) 31
3.4. İşlem 32
3.5. Verilerin Analizi 33
4.BULGULAR VE TARTIŞMA 35
4.1 Araştırma Örneklemini Betimleyici Bulgular 35
4.1.1. Ölçeklerin normallik analizi 37
4.1.2. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon sonuçları 38
4.1.3. Araştırma değişkenlerinin demografiklere göre incelenmesi 44
4.1.4. Aracı analizi bulguları 75
4.2. Tartışma 99
4.2.1. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilere yönelik bulguların tartışılması 99
4.2.2. Grup karşılaştırmalarına yönelik bulguların tartışılması 103
4.2.3. Aracılık analizi sonuçlarının tartışılması 108
4.SONUÇ VE ÖNERİLER 110
KAYNAKLAR 113
EKLER 129
Ek 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu 129
Ek 2: Demografik Bilgi Formu 131
Ek 3: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği – Çocuk Formu 132
Ek 4: Öz Duyarlılık Ölçeği 138
Ek 5: Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği (Bibesö) 140
Ek 6: Etik Kurul Kararı 142
ÖZGEÇMİŞ 143

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri 28
Tablo 2. Ölçeklerin Betimsel Özellikleri 32
Tablo 3. Araştırma Örneklemini Betimleyici Bulgular 36
Tablo 4. Normal Dağılım Analizi Sonuçları 37
Tablo 5. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları 43
Tablo 6. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından T- Test Analiz Değerleri 45
Tablo 7. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri 47
Tablo 8. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri (Devam) 49
Tablo 9. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Üniversite Değişkeni Açısından T-Test Analiz Değerleri 51
Tablo 10. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Sınıf Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri 53
Tablo 11. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Sınıf Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri (Devam) 55
Tablo 12. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Vücut Memnuniyeti Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri 57
Tablo 13. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Vücut Memnuniyeti Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri (Devam) 60
Tablo 14. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Kardeş Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri 62
Tablo 15. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Kardeş Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri 64
Tablo 16. Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Düzeyi 66
Tablo 17. Katılımcıların Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri 67

Tablo 18. Katılımcıların Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri 69
Tablo 19. Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri..... 71
Tablo 20. Katılımcıların Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri 72
Tablo 21. Katılımcıların Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri 74
Tablo 22. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü..... 78
Tablo 23. Anne Reddedicilik ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü..... 82
Tablo 24. Anne Duygusal Sıcaklık ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü..... 86
Tablo 25. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü..... 90
Tablo 26. Baba Reddedicilik ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü..... 94
Tablo 27. Baba Duygusal Sıcaklık ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü..... 98

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 75

Şekil 2. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 76

Şekil 3. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 77

Şekil 4. Anne Reddedicilik ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 79

Şekil 5. Anne Reddedicilik ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 80

Şekil 6. Anne Reddedicilik ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 81

Şekil 7. Anne Duygusal Sıcaklık ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 83

Şekil 8. Anne Duygusal Sıcaklık ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 84

Şekil 9. Anne Duygusal Sıcaklık ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 85

Şekil 10. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 87

Şekil 11. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 88

Şekil 12. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 89

Şekil 13. Baba Reddedicilik ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 91

Şekil 14. Baba Reddedicilik ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 92

Şekil 15. Baba Reddedicilik ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 93

Şekil 16. Baba Duygusal Sıcaklık ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 95

Şekil 17. Baba Duygusal Sıcaklık ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 96

Şekil 18. Baba Duygusal Sıcaklık ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi 97

KISALTMALAR

Ark.:	Arkadaşları
BİBSÖ:	Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği
Çev.:	Çeviren
KAET-Ç:	Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği -Çocuk Formu
ÖDÖ:	Öz Duyarlılık Ölçeği

1. GİRİŞ

1.1. Problem

Bebek hayatta kalmak için dünyaya gözlerini açtığı andan itibaren bir bakım verene ihtiyaç duyar ve sağlanan bakım sayesinde büyüyüp gelişir. Bu bakım veren çoğunlukla ailesinden bir kişidir. Ailenin çocukları üzerinde hayat boyu devam eden önemli bir şekillendirme etkisi vardır ve ebeveynlerin sergilediği tutum ve davranışlar, çocukların kişiliklerini, benlik algılarını ve kendilerine olan yaklaşımlarını etkiler (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016; Eker ve Kaya, 2018). Bir çocuğun yetiştirilme şekli o çocuğun büyüdüğünde öz şefkatli bir yetişkin olup olmayacağı ile yakından ilişkilidir (Neff, 2003a). Kişinin kendilik değerlendirmesi ile ebeveynlerini değerlendirmesi arasındaki varsayılan ilişkide Murphy (1947), kişinin ebeveynlerinden aldığı onayın kendisine değer verme eğilimini arttırdığını ifade eder. Neff (2003a) ise bir çocuğun sevgi, kabul ve şefkat gördüğü bir ortamda yetişmesi ile bunları görmediği bir ortamda yetişmesi arasında farklar olduğunu dile getirmiştir. Bu nedenle, çocukların gelişim aşamalarında algılanan ebeveyn tutumlarının büyük bir etkisi olduğu görülmektedir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016).

Kişilerin fizyolojik ve psikolojik gelişimine etki eden bir diğer kavram olan algılanan ebeveynler arası ilişki, çocuğun ebeveynleri arasındaki iletişimi algılamasına ve anlamlandırmasına dayanmaktadır (Tetik, 2018). Evli çiftler üzerinde yapılan algılanan ebeveyn ilişkisinin incelendiği Öziş (2016) tarafından yürütülen tez çalışmasında katılımcıların psikolojik dayanıklılıkları, dini inanç miktarları ve yaşamlarındaki doyum arasındaki ilişkiler ele alınmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, kendi algıladıkları anne tutumu demokratik olan çiftlerin kendi evliliklerindeki yaşam doyumları daha yüksek, algıladıkları baba tutumu ilgisiz olan evli bireylerin ise evlilik yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılıkları daha düşük seviyelerdedir. Ayrıca, ebeveynlerin bağımlı ilişki tutumu dini inançlarının miktarı ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür (Öziş, 2016).

Darling ve Steinberg (1993) ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken kullandıkları bazı davranış kalıplarını ebeveyn tutumları olarak adlandırmışlar ve bu tutumları üç ana başlık altında incelemişlerdir: Birinci tutum olan otoriter tutumda ebeveynler çocuklarına karşı katı ve kural koyucudur. İkinci tutum olan demokratik tutumda kurallar vardır ama bu kurallar iletişime açık, sıcak ve dengeli bir şekildedir. Üçüncü tutum olan izin verici tutumda ise ebeveynler çocuklarını serbest bırakır ve kararlarını kendilerinin almasını beklerler (Baumrind, 1966; 1971; Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı, 2010). Çocukların bu davranış kalıplarını nasıl algıladığı da algılanan ebeveyn tutumları olarak geçmektedir. Algılanan ebeveyn tutumlarının çocuk gelişimi ile ilişkisini inceleyen Furnham ve Cheng'in (2000) çalışmasında, ergenlik çağının sonlarında ve 20'li yaşların başında normal, klinik olmayan bir genç popülasyonunda, algılanan ebeveyn tutumları (otoriter, demokratik ve izin verici), kişilik ve benlik saygısının, benlik tarafından değerlendirilen mutluluğu ne ölçüde öngördüğü incelenmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre demokratik anne ve baba ile mutluluk ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür (Furnham ve Cheng, 2000).

Çocuklar doğdukları andan itibaren annelerini ve babalarını gözlemleyerek onların davranışları hakkında bilgiler edinirler. Çocuk gelişiminde bu denli önemli bir yeri olan ebeveynler arası ilişki (Öziş, 2016; Tetik, 2018) ve ebeveyn tutumları (Baumrind 1966, 1971; Furnham ve Cheng, 2000; Kawamura, Frost ve Harmatz, 2002; Koç ve Korkut Owen, 2019; Koydemir-Özden ve Demir, 2009; Oktay, 2016; Yılmaz, 2009) yukarıdaki çalışmalarda da gösterildiği üzere literatürde çokça araştırılmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumları ile ilişki içinde olduğu düşünülen ve literatürde çalışılan bir diğer kavram da çocukların geliştirdikleri öz şefkattir. Neff ve Mcgehee'nin (2010) tanımlamasına göre öz şefkat, kişinin acısından kaçmadan ve onunla bağlantısını kaybetmeden acısına açık olmasını, acısını hafifletme ve iyileştirme arzusunu kendisinin üretmesini; acılarına, yetersizliklerine ve başarısızlıklarına karşı anlayış içinde olmasını içerir ve bu sayede kişi deneyimini kendinden daha büyük bir deneyimin parçası olarak görür. Neff ve Mcgehee'nin (2010) çocuklarda öz şefkat gelişimi üzerine yaptıkları çalışmada, anne desteğinin ve aile işleyişinin öz şefkatin önemli yordayıcıları olduğu görülmüştür. Bireylerin ıstırap veya başarısızlık zamanlarında kendilerine nasıl davrandıkları, aile deneyimlerine göre şekillenebilir. Ebeveynler çocuklarına karşı kızgın,

soğuk veya eleştirel ise, kendilerine karşı daha soğuk ve daha eleştirel olabilirler. Ebeveynlerin sıcak, ilgili ve destekleyici olmaları çocukların iç diyaloglarına da yansıyabilir.

Öz şefkatin aynı zamanda kişinin vücuduna yönelik olumlu tutumları kabul etmeye ve gerçekçi olmayan medya ideallerini reddetmeye yönelik olumlu beden imajı ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Wood-Barcalow, Tylka ve Augustus-Horvath, 2010). Bu bağlamda bakıldığında öz şefkat ile ilişkili olan bir diğer kavram da beden imgesi veya diğer bir adı ile beden imajıdır. Beden imajı, boyutu, şekli ve ayırt edici özellikleri açısından vücudumuzun algılanan formunu temsil eder (Longo, Schüür, Kammers, Tsakiris ve Haggard, 2009). Başka bir deyişle, bireylerin fiziksel özelliklerine ilişkin değerlendirmelerini ve duyusal deneyimlerini ifade eder (Cash, 1994). Beden imajının yapısı, doğası gereği çok boyutlu ve kapsam olarak çok disiplinlidir (Reas ve Grilo, 2004).

Kişinin beden imgesi ile kendine şefkatli bir bakış açısına sahip olmak arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Bu ilişkiyi inceleyen bir çalışma olan Albertson, Neff ve Dill-Shackleford'un (2014) çalışmasında, çok kuşaklı bir kadın grubunda 3 haftalık kısa bir öz şefkat meditasyon eğitiminin beden memnuniyetini artırıp artırmayacağını araştırılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre öz şefkat meditasyon eğitimi sonucunda, kadınlardaki vücut memnuniyetsizliğinde, vücut utanmasında ve koşullu öz değer temelli görünüşte önemli azalma yaşanırken öz şefkat ve beden takdirinde ilerlemeler görülmüştür. Dijkstra ve Barelds (2011), yürüttükleri çalışma ise öz şefkatin bir türü olan bilinçliliğin, kadınlar arasında beden tatmini ile pozitif olarak ilişkili olduğunu göstermiştir.

Abbasi ve Zubair'in (2015) yürüttüğü öz şefkat, beden imgesi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi çalışan araştırmada, öz şefkatin psikolojik iyi oluş ve beden imajı ile pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkide olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde öz şefkat ve beden imajı öğrencilerin psikolojik iyi oluşunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ve öz şefkatin, beden imajı ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide bir aracılık rolü bulunmuştur. Sonuçlar ayrıca beden imajı üzerinde önemli cinsiyet farklılıkları olduğunu söylemektedir; ancak öz şefkat ve psikolojik iyi oluş üzerinde cinsiyetin anlamlı bir farklılığı bulunmamıştır. Ayrıca, daha yüksek anne ve baba eğitimi alan öğrencilerin daha

yüksek öz anlayış, daha iyi beden imajı ve yüksek düzeyde psikolojik iyilik yansıttığını göstermiştir (Abbasi ve Zubair, 2015).

Beden imajı ve algılanan ebeveyn tutumlarının arasındaki ilişki de çeşitli şekillerde araştırılmıştır. Son yıllarda yapılan üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları, sosyal karşılaştırma yönelimi, beden imgesi, işlevsel olmayan tutumlar ve cinsiyet arasındaki ilişkiye bakan bir çalışmanın sonucuna göre beden imgesinin olumlu hale gelmesinde; annenin duygusal sıcaklık tutumunun ve sosyal karşılaştırma yönelimlerinin artıp işlevsel olmayan tutumların azalması arasında bir ilişki bulunmuştur (Büyükmumcu ve Ceyhan, 2020).

Beden imgesini içinde barındıran bir kavram da beden farkındalığıdır. Literatürde beden farkındalığı kavramına bakıldığında bu kavram içsel beden duyumlarına dikkat etmeyi ve bunların farkındalığını içerir (Mehling, Gopisetty, Daubenmier, Price, Hecht ve Stewart, 2009). Terim geleneksel olarak anksiyete ve panik bozuklukları araştırmalarında, hastanın fiziksel semptomları büyütmesi (somatosensoriyel amplifikasyon), ruminasyonlar ve potansiyel olarak rahatsız edici vücut duyumları olan felaket inançlarına abartılı bir odaklanma ile karakterize edilen bilişsel bir tutumu tanımlamak için kullanılmıştır. (Cioffi, 1991). Beden farkındalığının bu kavramsallaştırmasında, algılanan ve potansiyel olarak rahatsız edici olduğu varsayılan beden duyumlarının sayısı, hipokondriyazis, anksiyete ve somatizasyon için bir belirteç olarak yaygın olarak kullanılmıştır (Cioffi, 1991). Bu tanıma göre, tıp ve davranış bilimindeki baskın görüş, somatik bilginin artan farkındalığını potansiyel olarak rahatsız edici ve uyumsuz olarak değerlendirmiş ve klinisyenlerin beden farkındalığını arttırma veya dikkati beden semptomlarına odaklama çabalarının, bedensel işlevler üzerinde takıntıya veya gereksiz yere kafa yormaya yol açabileceği ve ardından anksiyete ve depresyon ile somatikleştirici "sakatlar" yaratabileceği konusunda endişe duymuşlardır (Baas, Beery, Allen, Wizer ve Wagoner, 2004). Bunun aksine yapılan sonraki çalışmalarda görülmüş ki somatosensoriyel amplifikasyon, yani normal bedensel duyumları yoğun ve zararlı olarak deneyimleme eğilimi, bedensel duyumlara karşı artan duyarlılığı yansıtmaz ve bu nedenle, bedensel duyumları fark etme yeteneği, somatosensoriyel amplifikasyondan farklı bir süreç olarak görülebilir (Mailloux ve Brener, 2002). Yapılan bir ağrı araştırmasında ağrının duyusal yönüne yönlendirilmiş dikkat tahsisi veya duyusal ayrım

eğitimi gibi belirli bilişsel müdahaleleri kullanan çalışmaların kronik ağrılı hastalar için önemli faydalar gösterdiği görülmüştür. (Burns, 2006). Örneğin, ağrının duyusal bileşenine odaklanmanın kronik bel ağrısı olan hastalarda ağrıyı bastırmaya çalışmaktan daha faydalı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Burns, 2006). Bahsedilen çalışmalarda da görüldüğü gibi bedensel farkındalığı artırmanın kişinin acı ve negatif duygulanımını arttırmak yerine bu negatif düşünceleri ve ağrıları bastırmada yardımcı olduğu sonucu çeşitli çalışmalarda bulunmuştur (Bogaerts, Millen, Li, de Peuter, van Diest, Vlemincx, Fannes ve van den Bergh, 2008; Burns, 2006; Mailloux ve Brener, 2002). Bu bulgular geleneksel beden farkındalığı anlayışıyla çelişerek beden farkındalığının daha ayrıntılı kavramsallaştırmaya ihtiyaç duyan karmaşık, çok boyutlu bir yapı olduğu görüşünü ortaya çıkartmıştır (Mehling ve ark., 2009). Bu karmaşık yapının içinde var olan önemli bir diğer yapı da beden imgesidir. Buradaki "imge" beden farkındalığının bu yönünün dışsal, görsel bir algı kanalı içerdiğini ima etmektedir (Mehling et al., 2009). Beden farkındalığı hakkında birçok tanımlama vardır lakin genel olarak bakıldığında beden farkındalığı, bilinçli farkındalığa giren ve zihinsel faaliyetlerden etkilenebilen aynı zamanda beden imgesini de içinde barındıran propriosepsiyon (dengenin, eklem açılarının, hareketin, kas gerilimlerinin ve duruşun algılanması) ve interceptionın (vücudun içinden gelen duyumların ve iç organ işleviyle ilgili fiziksel duyumların algılanması) bir yönü olarak tanımlanabilir.

Üniversite öğrencileri üzerine yapılan ve öz şefkatin beden algısı, ebeveyn tutumları, beden kitle indeksi ve yaş ile ilişkisini inceleyen bir çalışmanın sonuçlarına göre öz şefkat ile öğrencilerin beden algısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı çalışmanın bir diğer sonucu ise öz şefkatin kişilerin ebeveyn tutumları ve beden algısı düzeyine göre farklılaştığıdır (Koç ve Korkut Owen, 2019).

Yukarıda da sözü edilen bilgiler ve araştırmalar kapsamında mevcut çalışma kapsamında ilk olarak 18-25 yaş aralığını kapsayan beliren yetişkinlik dönemi ele alınacaktır. Ardından beden imgesi ve bireylerin başvurduğu beden imgesi baş etme stratejileri, algıladıkları ebeveyn tutumları ve son olarak da öz şefkat kavramları incelenecektir.

1.2. Amaç

Araştırmanın temel amacı 18-25 yaş aralığındaki beliren yetişkinlik dönemindeki İstanbul'da yaşayan devlet ve vakıf üniversitesi öğrencilerinde, algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolünü incelemektir.

Bu amaca ek olarak algılanan ebeveyn tutumu, beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat değişkenlerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına da bakılacaktır.

Belirtilen amaçlar doğrultusunda cevaplandırılmaya çalışan sorular şunlardır:

1. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve beden imgesi baş etme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkat değişkeninin aracılık rolü var mıdır?

3. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve öz şefkat arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde öz şefkat ile beden imgesi baş etme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

5. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları, beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat demografiklere göre farklılık gösterir mi?

Araştırmanın hipotezleri aşağıda verilmiştir:

1. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve beden imgesi baş etme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

2. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkat değişkeninin aracılık rolü vardır.

3. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve öz şefkat arasında anlamlı bir ilişki vardır.

4. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde öz şefkat ile beden imgesi baş etme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

5. Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları, beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat demografiklere göre farklılık gösterir

1.3. Önem

Günümüze kadar beden imgesi baş etme stratejileri hakkında yapılan en belirgin çalışma bu konu hakkında nicel bir ölçek oluşturan Cash ve arkadaşları (2005) tarafından yapılmıştır. Ülkemizde ise çeşitli tez çalışmalarına ve makalelere konu olan bir araştırma alanı olsa da hakkında yeterli çalışma bulunmamaktadır. Aynı zamanda, beden imgesi hakkında yapılan çalışmalara bakıldığında çalışmalar daha çok yeme patolojisi üzerinde toplanmaktadır (Fassino ve Marzola, 2018; Hardit ve Hannum, 2012). Bu nedenle literatürde beden imgesi ve beden imgesi baş etme stratejileri üzerine yapılan çalışmalarda yeme bozukluğu dışında araştırılan değişkenlerde bir boşluk olduğu görülmektedir. Çalışmanın önemlerinden biri beden imgesi baş etme stratejilerini yeme psikopatolojisi dışında inceleyecek olmasıdır.

Yurtiçinde ve yurtdışında yapılan araştırmalara bakıldığında algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi, beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat değişkenlerinin ilişkisini ayrı ayrı ve başka değişkenler ile araştıran çalışmalar yürütülmüş olsa da (Abbasi ve Zubair, 2015; Aktaran, 2018; Büyükmumcu ve Ceyhan, 2020; Eker ve Kaya, 2018; Wasylkiw, MacKinnon ve MacLellan, 2012) bu üç değişkeni bir arada alan bir çalışmaya literatürde rastlanmamaktadır. Bu nedenlerle mevcut çalışma algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkiye ve öz şefkatin bu ilişkideki aracı rolüne bakmayı ve literatürdeki bu boşluğu doldurmayı hedeflemektedir.

1.4. Varsayımlar

1. Araştırmanın örnekleminin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

2. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının ve bu araçlardan toplanan verilerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

3. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, araştırma için kullanılan ölçme araçlarını içtenlikle ve tarafsız bir şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

1. Araştırma 2022-2023 yılları arasındaki bilgiler ile sınırlıdır.

2. Bulgular katılımcıların verilen ölçme araçlarına verdikleri bilgilerle sınırlıdır.

3. Araştırma, 18-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri ile sınırlıdır.

4. Araştırma, çevrimiçi toplanan veri ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Algılanan ebeveyn tutumları: Ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken kullandıkları davranış kalıplarını çocuklarının algılama şekline algılanan ebeveyn tutumları adı verilmektedir (Darling ve Steinberg, 1993).

Öz şefkat: Kişinin acılarından kaçmadan ve acıları ile bağlantısını kaybetmeden kendisine karşı açık olması, acısını hafifletme ve iyileştirme arzusunu kendisinin üretmesi; acılarına, yetersizliklerine ve başarısızlıklarına karşı anlayış içinde olması ve yaşadığı deneyimi kendinden büyük, insan olma deneyiminin bir parçası olarak görmesidir (Neff ve Mcgehee, 2010).

Beden imgesi: Kişinin bedeniyle bilinçli ve bilinçdışı var olan olumlu/olumsuz düşünce, algı, inanç ve bunlara yönelik davranış biçimlerini kapsayan çok boyutlu yapıya beden imgesi denir (Fisher ve Cleveland, 1968; Muth ve Cash, 1997).

Baş etme: Kişinin kaynaklarına fazla gelen belli başlı içsel ve dışsal uyaranları/etkenleri yönetmek için gösterdiği değişken davranışsal ve bilişsel efor ve davranışlardır (Özteke, 2015).

Beliren yetişkinlik dönemi: 18-25 yaş aralığını kapsayan, ergenlik ve yetişkinlik dönemi arasında kalan dönemdir (Arnett, 1998).

2. GENEL BİLGİLER

2.1.Beliren Yetişkinlik Dönemi

Geçtiğimiz yarım yüzyılda, ergenlik çağının sonlarını ve yirmilerin başlarını yetişkinlikten ayıran bir dönem karakterize edilmiştir. Bu yalnızca yetişkin rollerine geçişin kısa bir dönemi değil, yaşam akışındaki olası yaşam yönlerinin değişimi ve keşfi ile karakterize edilen ve kapsamlı demografik değişimlerin yaşandığı bir dönem olarak tanımlanmıştır (Arnett, 2000). Geçen yarım yüzyıldaki evlilik zamanının geçe çekilmesi ve yüksek eğitimin artması gibi değişiklikler, sanayileşmiş toplumlardaki gençler için gelişimin doğasını değiştirmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'nde 1998'de evlilik yaşı kadınlarda 25, erkeklerde 26.7 iken 2021 yılında kadınlarda 28.6, erkeklerde 30.6'ya yükselmiştir (Statista, 2022). Benzer şekilde Türkiye'de de yıllara göre ilk evlilik yaşına bakıldığında kadınlarda da erkeklerde de evlilik yaşının arttığı görülmektedir. TÜİK'e göre 2001'de kadınlardaki ilk evlenme yaşı 22.7, erkeklerdeki 26 iken 2021 yılında sayının kadınlar için 25.4, erkekler için ise 28.1'e çıktığı görülmüştür (TÜİK Kurumsal, n.d.).

Günümüz toplumunda çoğu insan için evlilik ve ebeveynlik yirmili yaşların ortalarına veya sonlarına ertelendiği için, artık ergenliğin sonları ve yirmili yaşların başlarının uzun vadeli yetişkin rollerine girme ve yerleşme zamanı olması normatif olmaktan çıkıp, sık sık değişimin ve keşfin dönemi olmuştur (Arnett, 2000). Ergenlik ve yetişkinlik dönemleri arasında kalan ve bahsedilen özellikleri kapsayan bu dönemi kavramsallaştırmanın yeni bir yolu olarak 18-25 yaş aralığını kapsayan beliren yetişkinlik kavramı sunulmaktadır (Arnett, 1998; 2000; 2007).

Arnett'in (2000) beliren yetişkinlik teorisinden önce, ergenliği takip eden ancak tam olarak yetişkinlik sayılmayan bu dönemin gelişimsel özellikleri hakkında fikirler ileri süren teorisyenler de olmuştur. Erikson (1968, aktaran Arnett, 2000) ergenlik döneminin temel sorununun kimlik kaygısı ve gelişimi olduğunu ve genç yetişkin olarak da tanımlanan "uzun süreli ergenliğin" sanayileşmiş toplumlarda rol deneyimi sürecine

girdiğini söylemektedir (Reifman, Arnett ve Colwell, 2007). Keniston (1970), ergenlik ve genç yetişkinlik arasındaki bir dönem için "gençlik" terimini önermiştir. Ancak fikirleri esas olarak 1960'ların sonundaki üniversite öğrencisi protestoculara dayanmaktaydı ve çağın herhangi bir kalıcı özelliğinden ziyade o tarihsel zamanı içinde alan dönemi yansıtıyordu (Reifman, Arnett ve Colwell, 2007).

Arnett'in teorisi, Erikson ve Keniston'ın teorilerini ileri sürmesinden bu yana meydana gelen değişimleri yani evlilik ve ebeveynlik yaşları, yüksek öğrenime katılımın artması, evlilik öncesi cinsel aktivite ve birlikte yaşama daha fazla tolerans gibi sosyal ve demografik değişiklikleri hesaba katmaktadır (Arnett, 2000; 2004). Aynı şekilde, bireylerdeki değişkenliğin ve kimlik arayışının ön plana çıkması bu dönemi bir geçiş dönemi yapmaktadır (Atak ve Çok, 2010). Bu sebeplerle beliren yetişkinlik, sanayileşmiş toplumlarda, birçok açıdan, birçok farklı potansiyel geleceğin mümkün olduğu ve çoğu insan için kişisel özgürlüğün ve keşfin diğer zamanlardan daha yüksek olduğu bir dönem olan olasılıklar çağı olarak tanımlanmaktadır (Arnett, 2000).

Yıldırım ve Sarıçam'ın (2022) gerçekleştirdiği, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin psikolojik kırılganlık ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyet, yaş, algılanan ebeveyn tutumu ve mutlu çocukluk yaşantısı gibi değişkenlerle incelendiği çalışmanın sonuçlarına göre; bu dönemdeki bireylerde mükemmeliyetçilik ile psikolojik kırılganlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çalışmanın bir diğer sonucu ise hem psikolojik kırılganlık hem de mükemmeliyetçilik seviyeleri bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumu ile anlamlı bir şekilde farklılaştığıdır (Yıldırım ve Sarıçam, 2022).

Gillen'in (2006) yürüttüğü beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin birinci, ikinci ve üçüncü dönemlerindeki beden imgeleri üzerine yapılmış çok boyutlu boylamsal bir tez çalışmasının bulguları, beliren yetişkinlik dönemindeki kadınların erkeklerden daha fazla beden imgesi bozukluğu yaşadıklarını göstermektedir. Bununla birlikte, kadınlar kolejde ilerledikçe görünüşleri hakkında daha olumlu hissettikleri raporlanmıştır (Gillen, 2006). Kozan ve Hamarta'nın (2017) toplamda 345 üniversite öğrencisinin katılımı ile yaptıkları çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerde beden imgesi baş etme stratejilerinin bağlanma stillerini ve sosyal görünüş kaygılarını yordayıcı özelliği olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.2. Beden İmgesi

Kişinin bedeni hakkındaki bilinçli ve bilinçdışı duygu, düşünce ve algılarını tanımlayan çok boyutlu yapıya beden imgesi denir (Fisher ve Cleveland, 1968). Kişinin bedenine dair olumlu ve/veya olumsuz düşünceleri, duyguları ve inançlarının yanı sıra görünüşlerine dair tutum ve davranış süreçlerini de içinde barındırır (Acarer, 2019; Muth ve Cash, 1997). Beden imgesi kişinin psikolojik ve fizyolojik yapılarının dışında sosyolojik ve kültürel yapılardan da etkilenir (Cash, 1994). Bir başka deyişle beden imgesi, vücudumuzla ilgili zihnimizde oluşturduğumuz zihinsel bir resimdir ve yetişkinlerin aileleri ve toplumları ile ilgili olarak kendilerini algılama biçimlerini de kapsayan bilinçli olduğu kadar bilinçsiz de var olan bileşik bir resimdir (Wiederman, 2000).

Kişiler, fiziksel görünümlerinde gerçekleşen fazla kilo alımı veya fazla kilo verimi, sakatlık ve hastalıklar gibi değişimlerin kendi hayal ettikleri vücut görünümü ile uyuşmamasından veya bu değişimleri kabul etmemelerinden kaynaklı olumsuz beden imgesi geliştirebilirler (Tan ve Karabulut, 2004). Kişilerin bedenlerindeki değişimleri kabul edememeleri veya reddetmeleri sonucunda ortaya çıkan olumsuz beden imgesi fizyolojik nedenlerden kaynaklanabileceği kadar kişilerin yaşadıkları ve yaşamakta oldukları psikolojik ve sosyokültürel deneyimlerden de etkilenir (Acarer, 2019). Birey bulunduğu kültüre, aile yapısına ve yetiştirilme koşullarına göre zaman içinde beden imgesini şekillendirir ve bu şekillendirmede toplumun belirlediği beden normları kişinin kendi beden imgesinin gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır (Geneci, 2019). Bu gelişim sürecinde ebeveynlerin etkisi yadsınamaz. Kişinin ilk sosyalleşme deneyimi ebeveynleri ile gerçekleştiği düşünülürse bireylerin kendi bedenlerinin görünümlerine ilişkin tutumları da çevresindekilerin düşünce ve tutumlarına göre şekillenebilmektedir (Çetinkaya, 2004). Özellikle aileden gelen beden temalı baskılar çocukların beden tatminlerini olumsuz yönde etkileyebilmekte ve beden imgeleri ile ilgili kaygılarının artmasına neden olabilmektedir (Şirin, 2015).

Literatürde bireylerin beden imgesi ile yeme tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yer almaktadır (Aslan, 2001; Fassino ve Marzola, 2018; Turk ve Waller, 2020). İlk başlarda, problemli yeme davranışları ile ele alınan beden imgesi kavramı zamanla, Thomas F. Cash'ın çalışmalarından da yola çıkarak, görünüşe yönelik olumsuz tavır ve düşüncelerin herkes tarafından deneyimlenebileceği düşüncesi ile sadece yeme

bozukluklarına özgü bir kavram olmaktan çıkıp daha geniş bir kavram olarak ele alınmaya başlanmıştır (Jarry, Dignard ve O'Driscoll, 2019).

2.2.1. Beden imgesinin belirleyicileri

Daha önce de belirtildiği üzere kişilerin beden imgeleri fizyolojik etmenler dışında birçok faktörden etkilenebilen çok boyutlu bir yapıdır (Cash, 1994). Beden imgesini şekillendiren ve etkileyen faktörler cinsiyet, tarih, yaş ve köken gibi etmenler dışında yapısı itibariyle toplum kökenli, yani kişinin yaşadığı toplum tarafından şekillenmesinde bir etken olan medya, akran ve aile yapılarını da ele alınır. Bu nedenden dolayı beden imgesini inceleyen çalışmaların çoğu sosyal yönleri ile beden imgesini etkileyen toplum yapısını yani sosyokültürel etmenleri (akran, medya, aile) odak noktası olarak almıştır (Girard, Rodgers ve Chabrol, 2018; Haspolat, 2016). Mevcut çalışmada da bu üç belirleyici ayrı ayrı ele alınmıştır.

2.2.1.1. Medyanın beden imgesine etkisi

Dünyanın her yerinde, kültürler insan görünümünün anlamları hakkında bilgiler aktarır. Toplumsal mesajlar, görünüşle ilgili standartları veya beklentileri yani hangi fiziksel özelliklerin sosyal olarak değerli veya ideal olduğunu ve hangilerinin olmadığını ve bu özelliklere sahip olmanın veya bu özelliklere sahip olmamanın ne anlamlara geldiğini iletir (Cash, 2012). Günümüz Batı toplumlarının kadınlar için ideal güzellik algısı beden inceliğini yüceltir ve bu ultra zayıf figür düz bir karın, ince bel, uzun bacaklar, iyi gelişmiş göğüsler, iyi tanımlanmış kaslar ve kusursuz bir cilt içerir (Groesz, Levine ve Murnen, 2002). Erkekler için ise genel yakışıklı bir görünüş, uzun boy, gelişmiş omuzlar, kaslı karın ve bacaklar ve yağsız atletik bir genel beden görünümü içerir (Cash, 2012). Aynı zamanda toplumsal beklentilere ulaşmak için diyet, egzersiz, vücut geliştirme, moda ve güzellik ürünleri ve cerrahi prosedürler gibi vücut değiştirme yollarını da kültür şekillendirir (Cash, 2012). İçinde yaşanan kültürel mesajlar ve normlar kişiler tarafından içselleştirildiğinde temel beden imgesi değerlendirilme ve yatırım tutumlarının edinilmesini teşvik eder. Bu durum bireylerin kendi görünümlerini ve yaşam olaylarını nasıl yorumladıklarını ve bunlara görünüşleriyle verdikleri tepkileri belirler (Cash, 2012). Genel olarak tanımlanmış bu güzellik algısına medya aracılığı ile günün her anında maruz kalmak mümkündür. Medyadaki güzellik imgelerine maruz kalmanın kadınların beden

imgeleri üzerine etkisini araştıran deneysel bir meta analiz çalışmasında kadınlarda zayıf beden ideali ile ilgili medya görüntülerine maruz kalma ile olumsuz beden imgesi arasında önemli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Groesz ve ark., 2002)

2.2.1.2. Akranların beden imgesine etkisi

Akran grupları, kişisel değerlerin ve kişisel kimliğin kazanılmasında güçlü bir etki yaratabilir ve daha çok değer verilen ve kabul edilen giyim veya saç stillerinin veya vücut tipleri gibi belirli görünüm standartlarını güçlendirir. Yani, arkadaşlık gruplarının, beden imgesitutumları ve görünüm standartları ve davranışlarıyla ilgili grup normlarında uyumu güçlendirme etkisi vardır (Cash, 2012)

2.2.1.3. Ailenin beden imgesine etkisi

Bireylerin beden imgeleri hakkındaki düşünce ve tutumlarında ebeveynlerin etkisinden bahsetmek mümkündür (Curtis ve Loomans, 2014). Aile içindeki beklentiler, görüşler ve sözlü veya sözlü olmayan mesajlar da beden imgesini oluşumunu etkiler (Cash, 2012). Aile üyelerinden gelen beden imgesi ile ilgili negatif eleştirilerin, alayların ve diyete teşvik edici yorumların çocuklarda yeme bozukluğu semptomlarının gelişimi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Hardit ve Hannum, 2012; Humphrey, 1989). Neumark-Sztainer ve arkadaşlarının (2010) yürüttüğü çalışmada beden imgesi söz konusu olduğunda ev ve aile ortamının hem kiloyla ilgili açık yorumların hem de örtük ebeveyn modellemesinin ergenler üzerinde önemli bir etkisi olduğu bulunmuştur.

Bireyin kardeşlerinin fiziksel görünümü de dolaylı olarak beden imges gelişimini etkileyebilen unsurlar arasındadır. Aynı cinsiyetten daha çekici bir kardeşe sahip olmak, daha az çekici bir kardeşe sahip olmanın tam tersi bir etkiye sahip olabileceği gibi, daha az olumlu veya olumsuz bir beden imgesine katkıda bulunabilir. Bu etkiler muhtemelen ebeveynlerin ve diğerlerinin çocuklarının görünüşüne karşı farklı tepkilerine bağlıdır (Cash, 2012).

2.2.2. Beden imgesi baş etme stratejileri

Cash'in (2012) bilişsel davranışçı modeli hem tarihsel hem de yakın olayların beden imgesi deneyimlerini şekillendirdiğini ve sürdürdüğünü varsayar. Tarihsel olaylar kişinin

beden imgesi hakkındaki düşünce ve duygularını belirlemede rol oynar. Bu etkiler, fiziksel görünümün değer ve standartlarına ilişkin kültürel sosyalleşmeyi, başkalarıyla etkileşim ve iletişim deneyimlerini, kişinin gerçek fiziksel özelliklerini ve beden imgesi gelişimini etkileyen kişilik boyutlarını içerir. Bu tür tarihsel ve gelişimsel faktörler, bireyin beden imgesini değerlendirmesi ve beden imgesine olan yatırımı da dahil olmak üzere beden imgesine olan tutumlarını şekillendirir (Cash, Santos ve Williams, 2005). Yakın süreçler, kendilik diyaloglarını ve tetikleyici durum ve kendilik hakkında duygusal çıkarımları içeren beden imgesi deneyimlerini tetikleyen ve sürdüren olayları gerektirir (Cash, 2012). Durumsal olaylar, görünüşü tetikleyerek kişinin öz değerlendirmesini etkileyen kendi içinde ve hakkında bilginin nasıl işlendiğini etkileyen şematik süreçleri şekillendirir (Cash ve ark., 2005). Cash (2012) olumsuz beden imgesi tutumları ve şemaları olan kişilerin görünümleri ile ilgili çarpık veya işlevsiz düşünce süreçlerine sahip olduğunu öne sürer. Bu süreçler genellikle kaygı, utanç veya karamsarlık gibi disforik tepkilere yol açar (Cash, 2012). Buna karşılık, bireyler potansiyel olarak rahatsız edici beden imgesi deneyimlerini yönetmek için, bir tepkinin stresli bir durumla ilişkili psikolojik, duygusal ve fiziksel yükleri en aza indirmeye yönelik, birey ve çevre arasındaki bir işlem olarak kavramsallaştıran bir hayatta kalma mekanizması işlevi gören başa çıkma stratejilerine başvururlar (Folkman ve Lazarus, 1988; Cash ve ark., 2005).

2.2.2.1. Kaçınma stratejisi

İnsanlar, rahatsız edici beden imgesi yaratan düşünce ve duygularını yönetmek veya bunlarla başa çıkmak için bir dizi strateji öğrenirler. Bunlardan biri olan kaçınma stratejileri, belirli tetikleyici durumlardan veya insanlardan davranışsal olarak kaçınmayı içerir (Cash, 2012). Yani Cash'in (2012) tanımlamasına göre "kaçınma" stratejisi, tehdit edici olarak kabul edilen durumlardan, düşüncelerden veya duygulardan kaçınma veya bu düşünce ve durumları uyarlama girişimlerini içerir. Kaçınma, saç dökülmesini gizlemek için her zaman bir şapka takan biri gibi, kişinin bedeninde rahatsız olduğu yerleri gizleyecek belirli kıyafetler giyinmeyi tercih etmesi olabilir.

2.2.2.2. Görünüşü düzeltme stratejisi

Bir başka beden imgesi baş etme stratejisi olan "görünüşü düzeltme" stratejisi, kişinin görünüşünün kusurlu olarak algıladığı yönlerini değiştirme veya düzeltme çabalarından

oluşur. Görünüm düzeltme stratejileri, diyet ve egzersiz davranışları gibi algılanan "rahatsız edici" özelliği değiştirmeye veya yok etmeye yönelik eylemleri veya hatta kozmetik, cerrahi veya diğer estetik prosedürleri aramayı ve gerçekleştirmeyi içerebilir (Cash, 2012).

2.2.2.3. Olumlu mantıksal kabullenme stratejisi

Cash'in (2012) ele aldığı beden imgesi baş etme stratejilerinin sonuncusu olan "olumlu mantıksal kabullenme" stratejisi, olumlu öz bakımı, rasyonel kendi kendine konuşmayı ve kişinin kendi deneyimlerini kabul etmesini vurgulayan zihinsel ve davranışsal faaliyetleri içeren bir baş etme stratejisidir. Bu başa çıkma stratejisini benimseyen bireyler kendilerine beden imgelerini zorlayan olumsuz ve stresli durumun geçeceğini, sadece mantıksız davrandıklarını ve hissettiklerinden daha iyi göründüklerini söyleyebilirler (Smith-Jackson, Reel ve Thackeray, 2011).

Güler ve Tunay'ın (2021) çocukluk çağı travmaları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelendikleri çalışmada iki değişken arasında anlamlı olan bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlara göre, olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu cinsiyete göre farklılık göstermiş ve kadınların puanları erkeklerden daha yüksek çıkmıştır. Bunun aksine kaçınma ve görünüşü düzeltme stratejileri cinsiyete göre bir farklılık göstermemektedir (Güler ve Tunay, 2021). Daha önce de bahsedildiği üzere bireylerin beden imgeleri ailelerinin tutum ve davranışları tarafından olumlu veya olumsuz olarak etkilenebilmektedir (Curtis ve Loomans, 2014; Girard ve ark., 2018). Bu nedenle bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları beden imgeleri açısından önemli bir yere sahiptir (Büyükmumcu ve Ceyhan, 2020).

2.3. Ebeveyn Tutumları

Toplumun temel ögesi olan aile kavramı içinde yer aldığı toplumun özelliklerini yansıtmaktadır. Bir çocuğun büyüyüp gelişmesi aile ortamında gerçekleşir. Aile, çocuğun okul öncesi dönemdeki en etkili sosyalleşme kurumu olarak sayılabilir (Demiriz ve Öğretir, 2007). Yani çocuğun eğitim hayatına ilk adım attığı yer aslında ailedir. Aile içindeki "psikolojik atmosferin" çocuğun hem fiziksel hem de psikolojik gelişimindeki rolü önemlidir (Sümer ve ark., 2010). Çocuk doğduğu andan itibaren aile bireyleri ile

özdeşim kurar, onları gözlemler, izler ve onların tutumlarına göre şekillenir. Bu nedenlerle ebeveynlerin çocuklarına olan tutumları çocuklarının hayatını şekillendirmede önemli bir yere sahiptir (Soyumtürk, 2021).

Darling ve Steinberg'in (1993) ebeveynlik stilini, çocuğa karşı iletilen ve ebeveynin davranışlarının ifade edildiği, çocukta duygusal bir karşılığının olduğu çocuğa yöneltilmiş tutumların bütünü olarak tanımlamışlardır. Bu stiller veya davranışlar, hem anne ve babanın ebeveynlik görevlerini gerçekleştirdikleri belirli amaca yönelik davranışları hem de jestler, ses tonundaki değişiklikler veya bir duygu göstergesi gibi belli bir hedefe yönelik olmayan, anlık gelişen ebeveyn davranışlarını içerir. Ebeveyn tutumları literatürdeki bulgularla ele alındığında tutumları kategorize eden en temel çalışma olarak Diana Baumrind'in (1966, 1971) çalışmasını görülmektedir. Baumrind (1966) ebeveynlerin çocuklarını yetiştirme tutumlarına dair yaptığı çalışmada ebeveynlik tutumlarının; bakım veya destek, açık iletişim, olgunluk beklentisi ve kontrol olmak üzere 4 boyutunu belirlemiş ve bunları baz alarak otoriter, demokratik ya da demokratik/dengeli ve izin verici olarak tanımladığı 3 tane ebeveyn stili olduğunu söylemiştir.

Otoriter stile göre ebeveynler çocuklarına karşı katıdırlar, onlara kurallar koyarlar ve koydukları kurallara koşulsuz bir şekilde uyulmadığında çocuğu cezalandırma yoluna gidebilirler. Ebeveynler çocuklarının kendilerini ifade etmelerine izin vermez, özerkliklerini tanımazlar (Baumrind, 1966; Sümer ve ark., 2010).

Demokratik tutumda ebeveynler çocuklarına kurallar koyarlar ama bu kurallar katı ve çocuklarının fikirlerine kapalı değildir. Çocuk ile ebeveyn arasındaki iletişim açıktır ve onların bireyselliklerini kabul ederler. Kurallar, talepler, sıcaklık ve duyar seviyeleri arasında bir denge söz konusudur. Bu tutumla yetiştirilen ailelerin çocuklarının psikolojik gelişimleri açısından olumlu sonuçları olduğu gözlemlenmiştir (Sümer ve ark., 2010).

İzin verici stilde ise ebeveynler çocuklarına karşı sıcak ve ilgili bir tutumun yanı sıra daha esnektir, onları serbest bırakır ve kararlarını kendilerinin almalarını beklerler (Baumrind, 1971). Ancak ebeveynlerin çocuklarına karşı olan aşırı esnek ve serbest tutumun çocuklarında sorumluluk alma, duygu kontrolü ve stresli durumlarla baş etme gibi konularda sorunlar yaşayabildikleri görülmektedir (Darling ve Steinberg, 1993).

Baumrind'e ek olarak Maccoby ve Martin (1983), ebeveynlik stillerinde farklı iki boyut daha olduğunu söylemiş ve bunların talepkarlık ve duyarlılık olarak adlandırmıştır. Braumrind'in modelindeki izin verici ebeveyn stilini ikiye ayırarak bu stillerin izin verici/müsamahakâr ve izin verici/ihmalkar olduğunu söylemiş, bu şekilde de dört tane ebeveynlik stili olduğunu ileri sürmüştür. İzin verici/müsamahakâr stilde ebeveynler çocuklarına karşı ilgililerdir ama onların taleplerine karşı tamamen kabul edici bir durumdadırlar. Bu stilde ebeveynlerin çocukları üzerinde bir otoriteleri olmadığı görülür, çocuklarına ceza veremezler veya onlar üzerinde bir üstünlük sağlayamazlar. İzin verici/ihmalkâr tutumda ise ebeveyn ve çocuk arasında yeterli sıcaklık ve yakınlık düzeyinin sağlanamadığı görülür. Ebeveynler bakım veren olarak olsalar bile çocukları ile aralarında bir uzaklık görülür (Maccoby ve Martin, 1983).

2.3.1. Ebeveyn kabul-ret kuramı

Ebeveynlerin çocuklarına olan tutumlarının çocuklar üzerindeki etkisi incelenirken bakılabilecek bir diğer kuram Ebeveyn Kabul-Ret Kuramıdır (Rohner, 1980). Bu kuram ebeveyn kabul ve reddini her açısı ile ele alma gayesinde olan bir yaşam boyu gelişim kuramıdır (Rohner, 1980).

Kuramın ana boyutu sıcaklıktır. Birbirinin devamı şeklinde ilerleyen iki uçtan oluşan bu boyutunu ebeveynlerin kabulü ve reddi birlikte oluşturur. Her birey çocukluk yıllarında bakım verenlerinden değişen miktarlarda sevgi deneyimlemiştir. Bu nedenle de bu boyut bütün insanların içinde olduğu bir süreklilik olarak ele alınabilir. Sıcaklık boyutu, ebeveyn çocuk ilişkisinde kurulan duygusal bağ ve bu bağın kalitesi ve ebeveynlerin duygular için kullandıkları sözlü ve fiziksel davranışları kapsar. Sürekliliğin bir ucu olan ebeveyn kabulü, çocukların ebeveynlerinden aldıkları şefkat, rahatlık, bakım, destek yani kısaca sevgiyi ifade eden bir uçtur. Sürekliliğin diğer ucu ise ebeveyn reddi ile ifade edilen ve sevgi davranışlarının ve duygusunun belli ölçülerde veya tamamen geri çekilmesiyle karakterize edilen uçtur. (Rohner, Khaleque, Cournoyer, 2005).

Yukarıda bahsedilmiş olan kuramlarda da değinildiği üzere ebeveyn tutum ve davranışlarına yönelik literatürde çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmada incelenecek olan duygusal sıcaklık, reddedilicilik ve koruyuculuk tutumları aşağıda ayrıntılı bir şekilde açıklanmaktadır.

2.3.2. Ebeveyn tutumları

2.3.2.1. Duygusal sıcaklık

Duygusal sıcaklık ebeveynlerin çocuklarına yönelik destekleyici ve kabul edici olan tutumlarına işaret eder (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015). Yani duygusal olarak sıcak olan ebeveynler çocuklarının kararlarını destekler, kendileri olmalarına izin verir ve onların duygu ve davranışlarını kabul edici bir tutum sergilerler. Bu yönüyle ebeveyn duygusal sıcaklığının ve kontrolünün yüksek olduğu tutumun en etkili ebeveynlik şekli olduğu düşünülmektedir (Baumrind, 1991).

2.3.2.2. Aşırı koruyuculuk

Ebeveynlerin çocuklarının güvenliğine yönelik sergiledikleri endişeli tutumlar aşırı koruyuculuk tutumudur (Dirik ve ark., 2015). Aşırı koruyucu ebeveynlerde çocuklarına aşırı ilgi ve özen gösterme ve kontrol etmeye çalışma durumu vardır. Çocuğun kendisini ifade etmesine ve kendi kendisine yetmesine izin verilmez, çocuğun talep etmediği veya ihtiyaç duymadığı durumlarda bile ebeveyn müdahalesi ile karşılaşılır. Koruyucu ebeveynlerle yetişmiş bir çocukta başkalarına bağımlı olma durumu, öz güven eksikliği, duygusal kırıklıklara duyarlı ve savunmasız ve utangaç bir yapının yanı sıra şımarık ve sorumsuz bir kişilik örgütlenmesi görülebilir (Demiriz ve Öğretir, 2007).

2.3.2.3. Reddedicilik

Ebeveyn reddi; şefkat, özen gösterme, rahatlık, çocuk için endişe duyulması, bakım, destek veya basitçe sevgi içeren duygu ve davranışlarının olmaması veya önemli miktarda geri çekilmesi ile çeşitli fiziksel ve psikolojik olarak kırıcı davranış ve duyguların varlığı anlamına gelmektedir (Rohner ve ark., 2005). Yani, çocuklarına karşı eleştirici ve yargılayıcı bir tutumda olan ebeveynler reddedicilik tutumu içine girmektedirler (Dirik ve ark., 2015). Downey ve Feldman (1994) çocukların geliştirdiği "ret duyarlılığı" hakkında yaptıkları çalışmaya göre kişilerarası reddedilme, özellikle de çocuklukta ebeveyn reddi, çocukların reddedilmeye karşı yüksek bir duyarlılık geliştirmelerine yol açar. Yani, çocuklar, yakın ilişkilerinde ve kendi iyiliklerini tehlikeye atacak şekillerde reddedilmeyi endişeyle ve öfkeyle beklemeye, kolayca algılamaya ve aşırı tepki vermeye eğilimli hale gelirler. Ek olarak sonuçlar göstermiş ki, reddedilmeye duyarlı çocukların

ve yetişkinlerin, genellikle başkalarının küçük veya hayali duyarsızlığını veya başkalarının belirsiz davranışlarını kasıtlı reddetme olarak yorumlama eğilimindedirler (Downey ve Feldman, 1996; Felman ve Downey, 1994)

Zararlardan kaçınma, yüksek nörotisizm, haz bağlılığı ve düşmanca tutum sergileyebilme gibi mizaç ve karakter özellikleri ayrıca düşük benlik saygısı (Arrindell Akkerman, Bagés, Feldman ve ark., 2005) ve öz yeterlilik (Niditch ve Varela 2012) gibi benlik kavramları, ebeveyn tutumlarından yüksek reddedicilik ve düşük duygusal sıcaklık seviyesi ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Arrindell ve ark. 2005; Meesters, Muris ve Esselink, 1995).

Koydemir Özden ve Demir (2009) tarafından yürütülen çalışma, algılanan üç ebeveynlik tutumu ile utangaçlık arasındaki ilişki ile benlik saygısı ve değerlendirilme korkusunun aracılık ilişkisi incelenmektedir. 492 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen çalışmada ebeveyn tutumlarının çocuklarında benlik imajının ve utangaçlık deneyimiyle sonuçlanan reddedilme korkularının gelişiminde önemli olduğu görülmüştür. Bulgulara göre ebeveyn kabulü/ilgisi benlik saygısını yordarken algılanan ebeveyn katılığı/denetimini olumsuz değerlendirme korkusunu yordamaktadır (Koydemir-Özden ve Demir, 2009).

Algılanan ebeveyn tutumları ile çocuklarının bağlanma yöntemlerinin incelendiği bir çalışmada sonuçlarına göre ayrı ayrı kaçıngan ve kaygılı bağlanma stili ve ebeveyn tutumlarında otoriter ve demokratik olma boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Algılanan ebeveyn tutumu medeni duruma göre incelendiğinde düşük otoriter anne tutumlarına sahip olan kişilerin daha çok evli olduğu saptanmıştır (Oktay, 2016).

Ergenlik çağının sonlarında ve 20'li yaşların başında normal, klinik olmayan bir genç popülasyonunda, algılanan ebeveyn tutumları (otoriter, demokratik ve izin verici), kişilik ve benlik saygısının, benlik tarafından değerlendirilen mutluluğu ne ölçüde öngördüğünü belirlemek için yürütülen bir çalışmada demoktratik ebeveynlik ile özgüven arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Furnham ve Cheng, 2000).

Ebeveyn tutumlarının mükemmeliyetçilik ile ilişkisini inceleyen bir çalışmada 337 kişiden veri toplanmış ve çalışmanın sonucunda sert ve otoriter ebeveynlik stillerinin mükemmeliyetçiliğin uyumlu olmayan bileşenleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır (Kawamura ve ark., 2002).

Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada bireylerin ebeveyn tutumları ile öz şefkat seviyeleri incelenmiş ve bu çalışmanın sonucunda öğrencilerin öz şefkatleri ile algıladıkları ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu belirtilmiştir. Buna göre öğrencilerin algıladıkları demokratik ebeveyn tutumları arttıkça öz şefkat seviyeleri de artmakta, algıladıkları otoriter ve koruyucu ebeveyn tutumları arttıkça da öz şefkat seviyeleri azalmaktadır (Yılmaz, 2009).

2.4. Öz Şefkat

Kavram olarak öz şefkat, Doğu felsefesinde yüzyıllardır var olmakla birlikte, Batı psikolojisinde daha yeni bir kavram olarak görülmektedir (Neff, 2003a). Öz şefkat, kişisel yetersizlikler ve zor yaşam koşulları düşünüldüğünde benlikle ilişki kurmanın uyarlanabilir bir yoludur ve içe dönük bir şefkati, diğer bir deyişle, kişinin acı çekme ile ilgili duygularını bir sıcaklık ve bağlantı ile tutma yeteneğini ifade eder. (Neff ve Mcgehee, 2010). Öz şefkat, kişinin ortak insanlığını onurlandırırken kendisiyle farkındalık ve nezaketli bir şekilde ilişki kurmasını içerir (Knox, 2017). Öz şefkat, bireylerin kendilerini anlamalarına ve bütünlüklerini benimsemelerine izin verir ve bu nitelikleri, bireylerin yaşamın zorluklarıyla başa çıkmaları için terapötik bir mekanizma sunuyor gibi görünmektedir (Baer, 2010).

Öz şefkat kavramına ayrıntılı olarak bakmadan önce "şefkat" kavramını tanımlamak önem arz etmektedir. Şefkati deneyimleyen insan; başkalarının acısını fark edip hissedebilen ve bu acıyı duyabilen, başka insanları acılarından, başarısızlıklarından veya hatalarından dolayı eleştirmek ve kınamak yerine bunları insan olmanın bir parçası olarak görüp bu şekilde değerlendirebilen insan olarak görülmektedir. (Yağbasanlar, 2017). Başka bir deyişle, öz şefkat, başkalarının ıstırabına dokunulmasını, kişinin kendi farkındalığını başkalarının acısına açmasını ve başkalarının acısından kaçmayarak ve başkalarına karşı nezaket ile yaklaşarak onların ıstırabını hafifletme arzusunun ortaya

çıkması olarak tanımlanan ‘şefkat’ kavramından (Wispe, 1991, aktaran Neff, 2003a) ortaya çıkmış ve Neff (2003a) tarafından literatüre kazandırılmış ve geliştirilmiştir.

Öz şefkatli olmak, hem ben merkezci olmanın aksine, başkalarına karşı şefkat ve endişe duygularını barındırmayı hem de kişinin bireysel deneyimini ortak insan deneyimi perspektifinde görmesini, acı çekmenin, başarısızlığın ve yetersizliğin insan olmanın bir parçası olduğunu ve olumsuz yaşam deneyimleri olmadan yaşamanın mümkün olmadığını kabul etmesini gerektirir (Neff, 2003a). Bu nedenle öz şefkatli bireyler bu duygu ve durumları görmezden gelip bastırmak yerine bunlara sağlıklı bir bakış açısı ile yaklaşırlar (Germer ve Neff, 2013)

Öz şefkati oluşturan üç ana bileşenden söz edilebilir (Neff, 2003a). Bunlardan ilki, kendini sert bir şekilde yargılamadan, kendine özen ve anlayışla davranma yeteneğini ifade eden öz sevecenliktir. İkincisi, kusurluluğun, kişinin başarısızlıklarından dolayı izole hissetmesinden ziyade, insan deneyiminin paylaşılan ve bütüncül bir yönü olduğunu kabul eden paylaşımların bilincinde olmayı içerir. Üçüncü bileşen ise kişinin yaşamın sıkıntılı ve üzücü yanlarını kabul etmesinde yardımcısı olan ve bu duygularla sürüklenmemesini sağlayan bilinçlilik (Neff, 2003a; 2005).

Öz şefkat ve öz saygının karşılaştırılmasının yapıldığı Neff ve Vonk’un (2009) çalışmasında öz şefkatin, öz saygıdan daha istikrarlı öz değer duygularını öngördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre öz şefkat, öz saygıya kıyasla sosyal karşılaştırma, kamusal öz bilinç, öz ruminasyon, öfke ve bilişsel tamamlanma ihtiyacı ile daha güçlü bir negatif ilişkiye sahiptir. Benlik saygısı, narsisizm ile pozitif olarak ilişkili bulunurken öz şefkat bulunmamıştır. Çalışmanın ikinci kısmı göstermiştir ki, olumlu ruh hali durumları ile ilgili olarak genel benlik saygısı ve öz şefkat mutluluk, iyimserlik ve pozitifliğin istatistiksel olarak eşdeğer yordayıcılarıdır. Bu iki çalışmadan elde edilen sonuçlar, sağlıklı bir benlik duruşunun ne olduğu düşünüldüğünde öz şefkatin global öz saygıya yararlı bir alternatif olabileceğini düşündürmektedir (Neff ve Vonk, 2009).

İmanoğlu’nun (2021) yürüttüğü öz şefkat, algılanan ebeveyn tutumları, benlik saygısı ve olumlu ve olumsuz duygulanım arasındaki ilişkileri inceleyen bir yüksek lisans tez çalışmasının bulgularında algılanan ebeveyn tutumları ile öz şefkat arasında anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Bu çalışmaya göre genç yetişkinlerin algıladıkları aşırı korumacı ve

reddedici tutumlar ile öz şefkat düzeyleri negatif bir ilişki gösterirken, duygusal sıcak bir ebeveyn tutumu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre öz şefkat ve şefkatli sevgi seviyelerini ölçen Eker ve Kaya'nın 2018 yılında yürüttükleri çalışmanın sonuçlarına göre ebeveynlerinden demokratik bir tutum algılayan öğrencilerin öz şefkat düzeylerinin yüksek, ebeveyn tutumlarını otoriter ve koruyucu olarak algılayan öğrencilerin öz şefkat düzeylerinin düşük olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca öz şefkat ile şefkatli sevgi arasında negatif bir ilişki olduğu bulgulanmıştır (Eker ve Kaya, 2018).

2.4.1 Öz şefkatin bileşenleri

Neff (2003a), öz şefkatin birbiriyle etkileşim halinde olan üç bileşenini tanımlamıştır; bunların her biri iki zıt boyuttan oluşur. Bu boyutlar öz sevecenlik karşısında öz yargılama/eleştirme, paylaşımların bilincinde olma karşısında izolasyon ve bilinçlilik karşısında aşırı özdeşleşmedir.

Öz şefkatin bileşenleri Neff'in (2022) Türkçeye çevrilen "Öz Şefkat: Kendine Nazik Olmanın Kanıtlanmış Gücü" adlı kitabında öz nezaket, ortak insan deneyiminin algılanması ve farkındalık olarak geçmektedir. Mevcut çalışmada ise öz şefkatin bileşenleri Akın, Akın ve Abacı (2007) önerdiği üzere öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik olarak kullanılacaktır.

2.4.1.1 Öz sevecenlik (Self-kindness)

Öz şefkatin birinci bileşeni olan öz sevecenlik, kişinin kendisini başarısızlıkları ve zaafları yüzünden suçlamamasını, kendisini yargılamadan ve aşağılayıcı bir şekilde eleştirmeden anlayabilmesini ve kişinin kendisi ile olan iç savaşını sona erdirmesini içerir (Neff, 2011/2021). Bunların yanı sıra kişinin kendisini teselli edebilmesini ve yaşanılan acı dolu deneyimden etkilenmesine izin vererek olumsuz deneyimin içinde bireyin kendisi ile nasıl ilgilenebileceğini araştırmasını da içerir (Neff, 2011/2021). Kişi öz şefkat deneyimleyecek kadar kendini yargılamayı ve azarlamayı bırakırsa, olumsuz duygusal deneyimlerin etkisi azalarak kişinin düşünce ve duygularına ilişkin dengeli farkındalığı sürdürmesini kolaylaştıracaktır (Neff, 2003b). Kendine karşı nazik olmak, zaten her şeyin yolunda gideceği ve her şey affedileceği için bireyin davranışlarının önemli olmadığı

veya bireyin kendini iyileştirmek için çaba sarf etmemesi gerektiği anlamına gelmez. Daha ziyade, başarısızlık ve hayal kırıklığının insan deneyiminin kaçınılmaz yönleri olduğunun kabulünden yani herkesin başarısız olabileceğini ve herkesin acı çekebileceğini kabul etmektir (Jannazzo, 2009). Kendine sevecen olan bir konum, bir bireyin bu kaçınılmazlıklara kendine sempati duyarak tepki vermesine izin verecek ve kendini suçlama ve aşırı kendine odaklanma sınırlandırılacak veya tamamen önlenecektir (Jannazzo, 2009).

2.4.1.2. Paylaşımların bilincinde olma (Common humanity)

Öz şefkatin ikinci bileşeni paylaşımların bilincinde olmadır. Bu bileşen kişinin bireysel deneyimini tüm insanların da deneyimleyebildiği bir şey olarak görmesini ve başarısızlığın, acının ve yetersizlik hissinin insan olmanın bir parçası olduğunu ve kişinin, kendisini de kapsayacak şekilde, tüm insanların şefkate layık olduğunu kabul etmesini içerir (Neff, 2003a). Aynı şekilde bireylerin sadece kendi sorunlarını düşünüp başka insanların da benzer sorunlar yaşadığını görmediği, tekbenci bir süreç olan kendine acımaktan kaçınır (Neff, 2003a). Başka bir deyişle paylaşımların bilincinde olmak veya ortak paydaşım olarak adlandırılan bu öz şefkat bileşeni, kişinin deneyimlerini insanlık durumunun doğal ve ortak bir parçası olarak görerek kendisini ötekilerden izole etmeden ve ayırmadan yaşamasını içerir (Yurtören, 2021).

2.4.1.3. Bilinçlilik (Mindfulness)

Bilinçlilik, düşüncelerin ve duyguların yargılanmadan, abartmadan onlardan kaçınmadan, kaçmadan ve değiştirmeden, olduğu şekilde gördüğü dengeli bir farkındalık halidir. Bireyler acılarını kabul ettiğinde ve kendilerine şefkat gösterdiklerinde duygu ve düşüncelerini bastırmayıp deneyimlerinin daha geniş insani bağlamını anladıklarında, aşırı özdeşleşme tuzağından da kaçınırlar (Neff, Hsieh ve Dejitterat, 2005). Aşırı özdeşleşme, bireylerin kişisel ıstıraplarının boyutunu abartmalarına yol açar ve durumları hakkında daha nesnel bir bakış açısı benimsemelerini engeller. Öz şefkatin bu bileşeni, tersine, benlik ve diğer insanlarla ilgili deneyimlerin tanınmasına izin vererek aşırı özdeşleşme döngüsünün kırılmasına olanak verirken, başkalarının benzer veya daha kötü şekillerde acı çektiğini hatırlamak, kişinin kendi deneyimlerini daha büyük bir perspektifte ele alma eğilimini arttırır (Neff ve ark., 2005). Bilinçlilik, acı veren

düşüncelerden ve duygulardan kaçınma eğilimine karşı koyarak tatsız ve acı deneyimler olduğunda bile deneyimlerimizin gerçeğini tutmamıza izin verir (Neff ve Tirch, 2013).

Wasylkiw ve arkadaşlarının (2012) gerçekleştirdikleri iki aşamalı araştırmada öz şefkat ile kadınların beden imajı arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Araştırmanın birinci kısmında kadın lisans öğrencilerindeki öz şefkat, beden imgesi ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakılmıştır ve benlik saygısından bağımsız bir şekilde yüksek öz şefkatin düşük beden kaygısını tahmin ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın ikinci kısmında öz şefkatin bileşeni olan öz yargılama ile beden kaygısı değişkenlerine bakılmış ve sonuçlar yine beden saygısından bağımsız olarak yüksek öz şefkatin düşük yeme suçluluğunu tahmin ettiğini göstermiştir. Bulgular, beden imgesi için öz şefkatin dikkate alınmasının, kimin beden/şekil kaygıları açısından en fazla risk altında olduğunu belirlemeye katkıda bulunabileceği olasılığını vurgulamaktadır (Wasylkiw ve ark. 2012).

Braun, Park ve Gorin (2016) tarafından gerçekleştirilen bir derleme çalışmasında öz şefkatin düşük beden imgesi ve yeme patolojisine karşı koruyucu bir faktör olduğunu destekleyen 28 çalışma gözden geçirilmiştir. Derleme çalışmasında ele alınan çeşitli çalışma tasarımlarındaki bulgular, öz şefkat ile yeme patolojisinin daha düşük seviyeleri arasında bir bağlantı olduğunu ve öz şefkatin olumsuz beden imgesine ve yeme patolojisine karşı koruyucu bir faktör olduğunu göstermektedir (Braun, Park ve Gorin, 2016).

Turk ve Waller (2020) tarafından gerçekleştirilmiş bir başka derleme ve meta analizi çalışmasında öz şefkat, yeme patolojisi ve beden imajı hakkında gerçekleştirilmiş 59 çalışma incelenmiştir. Sonuçlara göre; daha yüksek öz şefkat, daha düşük yeme patolojisi, azaltılmış beden imajı kaygıları ve daha yüksek pozitif beden imajı ile orta ila güçlü etki büyüklükleri ile ilişkilendirilmiştir. Ayrıca, yeme patolojisi ve beden imajına yönelik öz şefkat müdahaleleri etkili ve kontrol gruplarına göre daha üstündür. Bu bulgular, yemek yeme ve beden imajı endişelerini anlama ve ele almada öz şefkatin rolünü desteklemektedir. Öz şefkat, yeme bozukluklarında ve beden imajında uyarlanabilir bir duygu düzenleme stratejisi gibi görünmektedir (Turk ve Waller, 2020).

Barron, Krumrei-Mancuso ve Harriger'ın (2021) lisans öğrencileri ve Amazon Mechanical Turk üzerinden ulaşılan katılımcılar ile gerçekleştirdikleri iki aşamalı

çalışmada Instagram'da fit olmayı teşvik eden paylaşımların ve öz şefkat ile ilgili alıntı görüntülerinin erkek ve kadınların beden imajı ve öz şefkatleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Genel olarak, bulgular, fit olmayı teşvik eden görüntüleri izlemenin daha düşük beden tatmini ve takdirini desteklediğini, öz şefkat görüntülerini izlemenin ise beden tatmini ve takdirinin gelişmesine yol açtığını göstermektedir (Barron, Krumrei-Mancuso ve Harriger, 2021).

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeline, örneklemine, veri toplama araçlarına ve verilerin analizine yönelik bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ve beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkiye öz şefkatin aracı rolünün incelendiği bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Örneklem

Araştırma grubu 18- 25 yaş (*Ort.*=20.9, *SS*=2.3) aralığındaki 350 gönüllü katılım sağlayan üniversite öğrencisinden oluşmuştur. Kriterlere uymayan ve uç değerlere sahip olan katılımcıların çıkartılmasıyla 252 katılımcının verileri ile analize devam edilmiştir.

Verilerin temizlenmesinden sonra kalan katılımcıların cinsiyetleri 179'u (%71) kadın, 67'si (%26.6) erkek ve 6'sı (%2.4) belirtmek istemiyorum şeklindedir. 18 yaşında 37 (%14.7), 19 yaşında 47 (%18.7), 20 yaşında 47 (%18.7), 21 yaşında 35 (%13.9), 22 yaşında 21 (%8.3), 23 yaşında 14 (%5.6), 24 yaşında 18 (%7.1) ve 25 yaşında 33 (%13.1) kişi vardır. 154 (%61.1) kişinin aylık kazancı 0-5.500 TL, 55 (%21.8) kişininki 5.500-10.00 TL, 22 (%8.7) kişininki 10.00-20.00 TL ve 21 (%8.3) kişininki 20.00+ TL şeklindedir.

Katılımcıların 50'si (%19.8) tek çocuklu, 128'i (%50,8) iki çocuklu, 48'i (%19) üç çocuklu, 19'u (%7.5) dört çocuklu, 4'ü (%1.6) beş çocuklu, 1'i (%0.4) altı çocuklu ve 2'si (%0.8) yedi çocuklu bir ailenin çocuklarıdır.

Katılımcılardan 184 (%73) kişi özel/vakıf üniversitesinde, 58 (%27) kişi de devlet üniversitesinde okumaktadır. Katılımcılardan 25 kişi (%9.9) hazırlık sınıfına, 67 kişi (%26.6) 1. Sınıfa, 52 kişi (%20.6) 2.sınıfa, 55 kişi (%21.8) 3.sınıfa ve 53 kişi (%21) 4.sınıfa gitmektedir. Katılımcıların demografik özellikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Katılımcılar N=252	
Değişkenler	***n***	***%***
Cinsiyet		
Kadın	179	71.0
Erkek	67	26.6
Belirtmek İstemiyorum	6	2.4
Yaş		
18	37	14.7
19	47	18.7
20	47	18.7
21	35	13.9
22	21	8.3
23	14	5.6
24	18	7.1
25	33	13.1
Aylık Gelir		
0-5.500	154	61.1
5.500-10.000	55	21.8
10.000-20.000	22	8.7
20.000+	21	8.3
Kardeş Sayısı (Kendisi Dahil)		
1	50	19.8
2	128	50.8
3	48	19
4	19	7.5
5	4	1.6
6	1	0.4
7	2	0.8
Üniversite		
Özel/vakıf	184	73
Devlet	58	27
Sınıf		
Hazırlık sınıfı	25	9.9
1.sınıf	67	26.6
2.sınıf	52	20.6
3.sınıf	55	21.8
4.sınıf	53	21.0

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler toplanırken Bilgilendirilmiş Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Öz Duyarlılık Ölçeği, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları- Çocuk Formu ve Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik bilgi formu

Demografik bilgi formu; cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, özel/vakıf üniversitesine mi yoksa devlet üniversitesine mi gittiği, sınıfı, ebeveynlerinin medeni durumu, kardeş sayısı, anne ve baba eğitim düzeyi, vücut memnuniyet düzeyi gibi sorulardan oluşmakta ve katılımcılar hakkında bilgi edinmek için araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

3.3.2. Öz duyarlılık ölçeği (ÖDÖ)

Ölçek, Neff (2003b) tarafından bireylerin öz şefkat düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş ve Akın ve ark. (2007) tarafından uyarlanma çalışması yapılmıştır. Orijinal ölçek için yapılan faktör analizinde, öz duyarlılığın yapısını oluşturan 6 tane farklı alt boyut bulunmuştur. Bunlar; öz sevecenlik bileşenine karşı öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma bileşene karşı izolasyon ve bilinçlilik bileşenine karşı aşırı özdeşleşme olarak toplam 26 sorudan oluşmaktadır ve 5'li Likert tipi derecelendirme (1=Hiçbir Zaman; 2=Nadiren; 3=Sık Sık; 4=Genellikle; 5=He*r* Zaman) ile oluşturulmuştur. Orijinal ölçeğin genel güvenilirlik oranı .93, öz sevecenlik alt ölçeğinin .85, öz yargılama alt ölçeğinin .88, paylaşımların bilincinde olma alt ölçeğinin .88, izolasyon alt ölçeğinin .80, bilinçlilik alt ölçeğinin .85 ve aşırı özdeşleşme alt ölçeğinin .88 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları 633 üniversite öğrencisinin ve dil eşitliği için 135 İngilizce öğretmeninin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda ölçeğin geçerlik ve güvenirlik korelasyonu .94 bulunmuştur. Alt ölçeklerin ayrı ayrı değerleri ise öz sevecenlik için .94, öz yargılama için .94, paylaşımların bilincinde olma için .87, yabancılaşma için .89, bilinçlilik için .92 ve aşırı özdeşleşme için .94 olarak bulunmuştur (Akın ve ark., 2007).

Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık değeri; aşırı özdeşleşme alt boyutu için .77, izolasyon alt boyutu için .80, öz yargılama alt boyutu için .86, bilinçlilik alt boyutu için .82, öz sevecenlik alt boyutu için .87, paylaşımların bilincinde olma alt boyutu için .86 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları-Çocuk formu (KAET-ÇF)

Perris, Jacobsson, Lindstörn, Knorring ve Perris (1980) tarafından geliştirilen Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu, yetişkinler için tasarlanmış olup çocukluk dönemlerinde algıladıkları ebeveynlerinin kendilerine olan tutumlarını değerlendirmeleri için geliştirilmiş bir öz bildirim ölçeğidir. Orijinal hali 4'lü Likert tipinde (1=Hayır, hiçbir zaman, 2=Evet, arada sırada, 3=Evet, sık sık, 4=Evet, çoğu zaman), 81 madde ve 14 alt boyuttan oluşan ölçek, katılımcılar tarafından tam anlaşılamaması ve çok uzun sürmesi gibi nedenlerden dolayı 64 maddeye düşürülmüş (Arrindell, Emmelkamp, Brilman ve Monsma, 1983) ardından 27 maddeye (Winefield, Tiggemann ve Winefield, 1994) düşürülmüş, en son olarak da 23 maddeye düşürülerek adı Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç) olmuştur (Arrindell, Sanavio, Aguilar ve Sica, 1999). Ölçek toplam üç alt maddeden oluşur. Bunlar, aşırı koruyuculuk (10 madde), reddedicilik (7 madde) ve duygusal sıcaklıktır (6 madde). Katılımcılar anne ve baba için ölçekleri ayrı ayrı puanlamaktadırlar. Türkçe 'ye uyarlanma çalışmaları Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre; KAET-Ç'in genel Cronbach alfa katsayısı anneler ve babalar için .73 olarak bulunmuştur. Her alt ölçek için ayrı ayrı anne ve babanın Cronbach alpha değerlerine bakıldığında babanın duygusal sıcaklık değeri .79, aşırı koruyuculuk değeri .73 ve reddedicilik değeri .71 iken annenin duygusal sıcaklık değeri .75, aşırı koruyuculuk değeri .72 ve reddedicilik değeri .64 olarak saptanmıştır (Dirik ve ark., 2015).

Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık değeri; anne reddedicilik alt boyutu için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .77, anne duygusal sıcaklık alt boyutu için .80, anne aşırı koruyuculuk alt boyutu için .83, baba reddedicilik alt boyutu için .77, baba duygusal sıcaklık alt boyutu için .84, baba aşırı koruyuculuk alt boyutu için .82 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Beden imgesi baş etme stratejileri ölçeği (BİBSÖ)

Orijinal ölçek, Cash, Santos ve Williams (2005) tarafından bireylerin beden imgelerine yönelik olumsuz veya tehditkâr olaylardan dolayı yaşadıkları stres ile ilgili baş etme stratejilerini ölçme amacıyla üç alt boyutlu bir yapı olarak oluşturulmuştur. Alt boyutları görünüşü düzeltme (10 madde), olumlu mantıksal kabullenme (11 madde) ve kaçınma (8 madde) olan ölçek toplamda 29 maddeden oluşur ve 4'lü Likert tipindedir. Puanlama "1) Hiç katılmıyorum ile 4) Tamamen katılıyorum" arasında yapılmaktadır. Ölçekte toplam puan alınmaz ve alt boyutlar ayrı ayrı değerlendirilir. Orijinal ölçeğin Cronbach alfa değerleri kadınlarda "görünüşü düzeltme" alt ölçeği için .90, "olumlu mantıksal kabullenme" alt ölçeği için .80 ve "kaçınma" alt ölçeği için .74 bulunurken erkeklerde "görünüşü düzeltme" alt ölçeği .93, "olumlu mantıksal kabullenme" alt ölçeği .85 ve "kaçınma" alt ölçeği .74 olarak bulunmuştur.

Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeğinin Türkçeye uyarlamasını Doğan, Sapmaz ve Totan (2011) tarafından gerçekleştirmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarına hem örneklemin tümü hem de cinsiyet üzerinden bakılmıştır. Türkçeye uyarlanan BİBESÖ'nin Türkçe formunun Cronbach alfa değeri "görünüşü düzeltme" alt boyutu için tüm örneklemde .86, erkekler için .87 ve kadınlar için .84; "olumlu mantıksal kabullenme" alt boyutu tüm örneklem ve erkekler için .81 ve kadınlar için .86; "kaçınma" alt boyutu ise hem cinsiyetler hem de tüm örneklem için .84 olarak bulunmuştur. Tüm çalışmanın Cronbach alfa değerleri ise "görünüşü düzeltme" için .90, "olumlu mantıksal kabullenme" için .82 ve "kaçınma" için .81 olarak tespit edilmiştir.

Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık değeri; görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu için .91, olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu için .90, kaçınma stratejisi alt boyutu için .82 olarak bulunmuştur.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel özellikleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Ölçeklerin Betimsel Özellikleri

Ölçekler	*N*	*Ort.*	*SS*	En Düşük ve En Yüksek Değerler	Cronbach Alpha
KAETÖ-ÇF					
Anne Reddedicilik	252	1.43	0.44	1-3	.77
Anne Duygusal Sıcaklık	252	3.04	0.60	1-4	.80
Anne Aşırı Koruyuculuk	252	2.29	0.62	1-3.89	.83
Baba Aşırı Koruyuculuk	252	2.08	0.58	1-3.89	.82
Baba Duygusal Sıcaklık	252	2.73	0.68	1-4	.84
Baba Reddedicilik	252	1.44	0.46	1-3	.77
BİBESÖ					
Görünüşü Düzeltme Stratejisi	252	2.62	0.68	1-4	.91
Kaçınma Stratejisi	252	1.91	0.58	1-3.75	.82
Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi	252	2.67	0.63	1-4	.90
ÖDÖ					
Toplam puan	252	3.13	0.64	1.14- 4.88	
Aşırı Özdeşleşme	252	2.73	0.91	1-5	.77
Bilinçlilik	252	3.01	0.86	1-5	.82
İzolasyon	252	2.70	0.96	1-5	.80
Öz Sevecenlik	252	2.82	0.87	1-5	.87
Öz Yargılama	252	2.54	0.91	1-4.80	.86
Paylaşımların Bilincinde Olma	252	2.92	0.96	1-5	.86

Not: KAETÖ-ÇF = Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği, BİBESÖ = Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği, ÖDÖ = Öz Duyarlılık Ölçeği

3.4. İşlem

Etik kurul izni için başvurulmadan ve veriler toplanmadan önce araştırmada kullanılacak ölçeklere karar verilip ölçekleri uyarlayan ve geliştiren kişilerden ölçek kullanım için izinler e-posta ile alınmıştır. Ardından veri toplamaya başlamadan Maltepe Üniversitesi Etik Kurul'undan ölçekler ve uygulama ile ilgili etik kurul izni alınmıştır. Alınan onaylardan sonra, Google Forms üzerinden çevrimiçi anket ve anket linki oluşturulmuş,

bu link çeşitli sosyal medya platformları (Linkedin, Whatsapp, İnstagram, Facebook vb.) ve e-posta grupları üzerinden gönüllü katılımcılara ulaştırılmıştır. Google Forms üzerinden oluşturulan forma katılım anonim olarak sağlanmış ve herhangi bir kişisel bilgi kaydedilmemiştir. Toplanan veriler de sadece Google Forms programı içerisinde kayıtlıdır, başka bir yere yüklenmemiştir.

Katılımcıların çalışmadan istedikleri zaman ayrılabileceği, katılımın anonim sağlandığı ve verilerin çalışmanın amacı dışında herhangi bir şekilde paylaşılmayacağının da bilgisinin verildiği Bilgilendirilmiş Onam Formu yine Google Forms üzerinden katılımcılar ölçek sorularına başlamadan önce sunulmuş ve onaylayan katılımcılarla ankete devam edilmiştir. Anketteki bütün sorulara cevap verip gönder seçeneğine tıklayan 351 kişinin verileri ile analize başlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 26 programıyla uç değer ve normallik analizine Jamovi 2.3.21. programıyla da korelasyon ve aracılık analizine alınmıştır. Betimsel verilerin analizinde standart sapma, yüzde, frekans ve ortalama kullanılmıştır.

Çalışmaya dahil edilme kriterleri, katılan bireylerin yaşlarının 18-25 yaş arasında olması, İstanbul'da yaşayan üniversite öğrencisi olması, araştırmaya gönüllü katılımı kabul ediyor olması ve formun tamamını doldurup göndermiş olmasıdır.

Araştırma anketini 350 kişi eksiz doldurup göndermiştir. Google Forms üzerinden doldurulan ankette soruların boş bırakılmasına izin verilmemektedir. Aynı şekilde anketi yarım bırakan veya gönder seçeneğine tıklamayan katılımcıların cevapları kaydedilmemiştir. Bu nedenle de verilerde eksik veri bulunmamaktadır. Belirlenen kriterlere uymayan 91 kişi örneklemden çıkartılmış ve 259 kişinin verisi ile analize devam edilmiştir. Toplanan veriler analiz edilmeden önce analize uygun olup olmadığı test edilmek için uç değer veri temizliği yapılmış ve uç değerlere sahip 7 kişi analizden çıkarılıp 252 kişinin verisi ile analize devam edilmiştir.

Ölçeklerdeki ters maddeler uygun şekilde kodlanmıştır. Ardından ölçeklerin betimsel özelliklerini öğrenmek için ölçeklerin toplam ve alt boyutlarına ait ortalamaları, en düşük

ve en yüksek değerleri, standart sapma değerleri ve iç tutarlık katsayı değerleri hesaplanmıştır.

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde katılımcıların demografik bulguları, betimleyici istatistik analizi sonuçları ve değişkenler arası ilişkilerin ve aracılık rolünün incelendiği analiz sonuçları yer almaktadır.

4.1 Araştırma Örneklemini Betimleyici Bulgular

Katılımcıların annelerinin eğitim düzeyine bakıldığında 4 anne (%1.6) okur yazar değil, 34 anne (%13.5) ilkokul mezunu, 19 anne (%7.5) ortaokul mezunu, 80 anne (%31.7) lise mezunu, 96 anne (%38.1) üniversite mezunu, 11 anne (%4.4) lisansüstü mezunu ve 8 anne (%3.2) doktora mezunudur. Aynı şekilde baba eğitim düzeyine bakıldığında 18 baba (%7.1) ilkokul mezunu, 20 baba (%7.9) ortaokul mezunu, 88 baba (%34.9) lise mezunu, 102 baba (%40.5) üniversite mezunu, 14 baba (%5.6) lisansüstü mezunu ve 10 baba (%4) doktora mezunu çıkmaktadır.

Katılımcıların 199'unun (%79) ailesi evli ve birlikte yaşıyor, 31'inin (%12.3) ailesi boşanmış ve ayrı yaşıyor, 5'sının (%2) ailesi evli ama ayrı yaşıyor, 8'inin (%3.2) ailesi evli değil ama birlikte yaşıyorlar, 6'si (%2.4) baba kaybı yaşamış, 2'si (%0.8) anne kaybı yaşamış, 1'i (%0.4) hem anne hem baba kaybı yaşamış.

Katılımcılardan vücudundan 7'si (%2.8) hiç memnun olmadığını, 70' (%27.8) pek memnun olmadığını, 100'ü (%39.7) memnun olduğunu, 52'si (%20.6) oldukça memnun olduğunu ve 23'u (%9.1) çok memnun olduğunu belirtmiştir. Araştırma örneklemini betimleyici bulgular Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Araştırma Örneklemini Betimleyici Bulgular

	Katılımcılar N=252	
Değişkenler	***n***	***%***
Anne Eğitim Durumu		
Okuma yazma bilmiyor	4	1.6
İlkokul mezunu	34	13.5
Ortaokul mezunu	19	7.5
Lise mezunu	80	31.7
Üniversite mezunu	96	38.1
Yükseklisans mezunu	11	4.4
Doktora mezunu	8	3.2
Baba Eğitim Durumu		
İlkokul mezunu	18	7.1
Ortaokul mezunu	20	7.9
Lise mezunu	88	34.9
Üniversite mezunu	102	40.5
Yükseklisans mezunu	14	5.6
Doktora mezunu	10	4
Ebeveyn Durumu		
Boşandılar ayrı yaşıyorlar	31	12.3
Evli, birlikte yaşıyorlar	199	79.0
Evli, ayrı yaşıyorlar	5	2.0
Baba kaybı yaşadım	6	2.4
Evli değil, birlikte yaşıyorlar	8	3.2
Anne kaybı yaşadım	2	0.8
Anne ve baba kaybı yaşadım	1	0.4
Vücut Memnuniyeti		
Hiç memnun değilim	7	2.8
Pek memnun değilim	70	27.8
Memnunum	100	39.7
Oldukça memnunum	52	20.6
Çok memnunum	23	9.1

4.1.1. Ölçeklerin normallik analizi

Verilerin dağılımını belirlemek için aritmetik ortalama, medyan ve çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir (Tablo 4.). Aritmetik ortalama ve medyan değerlerinin eşit veya yakın olması, çarpıklık ve basıklık katsayılarının da +2 ve -2 sınırları içinde olması göstermektedir ki veriler normal dağılımdadır (George ve Mallery, 2010).

Tablo 4. Normal Dağılım Analizi Sonuçları

				Çarpıklık		Basıklık	
	N	***Ort.***	**Medyan**	**İstatistik**	**SE**	**İstatistik**	**SE**
KAETÖ-ÇF							
Anne Reddedicilik	252	1.43	1.29	1.48	0.153	1.91	0.306
Anne Duygusal Sıcaklık	252	3.04	3.14	-0.75	0.153	0.17	0.306
Anne Aşırı Koruyuculuk	252	2.29	2.28	0.33	0.153	-0.30	0.306
Baba Aşırı Koruyuculuk	252	2.08	2.00	0.48	0.153	0.01	0.306
Baba Duygusal Sıcaklık	252	2.73	2.86	-0.38	0.153	-0.49	0.306
Baba Reddedicilik	252	1.44	1.29	1.33	0.153	1.23	0.306
BİBESÖ							
Kaçınma	252	1.91	1.88	0.49	0.153	-0.43	0.306
Görünüşü Düzeltme	252	2.62	2.70	-0.25	0.153	-0.08	0.306
Olumlu Mantıksal Kabullenme	252	2.67	2.82	-0.47	0.153	0.04	0.306
ÖDÖ							
Öz Duyarlılık Toplam	252	3.13	3.07	-0.02	0.153	-0.10	0.306
Öz Yargılama	252	2.54	2.40	0.36	0.153	-0.52	0.306
İzolasyon	252	2.70	2.63	0.38	0.153	-0.75	0.306
Aşırı Özdeşleşme	252	2.73	2.50	0.47	0.153	-0.41	0.306
Paylaşımların Bilincinde Olma	252	2.92	2.75	0.13	0.153	-0.83	0.306
Öz Sevecenlik	252	2.82	2.80	0.35	0.153	-0.21	0.306
Bilinçlilik	252	3.01	3.00	-0.01	0.153	-0.45	0.306

4.1.2. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon sonuçları

Araştırmada Pearson Korelasyon analizi ile Öz Duyarlılık Ölçeği toplam puanı ve alt boyutları olan izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme, paylaşımların bilincinde olma, öz yetersizlik, öz sevecenlik; Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları - Çocuk Formu alt boyutları olan anne reddedicilik, baba reddedicilk, anne aşırı korumacılık, baba aşırı korumacılık, anne duygusal sıcaklık, baba duygusal sıcaklık; Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği alt boyutları olumlu mantıksal kabullenme stratejisi, kaçınma stratejisi ve görünüşü düzeltme stratejisi arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 5'te özetlenmiştir.

KAETÖ-ÇF'nin anne duygusal sıcaklık alt boyutu ile anne aşırı koruyuculuk alt boyutu (r =-.25, p <.001), anne reddedicilik alt boyutu (r =-.59, p <.001), baba aşırı koruyuculuk alt boyutu (r =-.25, p <.001) ve baba reddedicilik alt boyutu (r =-0.41, p<.001), ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu (r =-.17, p <.05) ve izolasyon alt boyutu (r =-.23, p <.001) ile; BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu (r =-.17, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin anne duygusal sıcaklık alt boyutu ile baba duygusal sıcaklık alt boyutu (r = .58, p <.001); ÖDÖ'den öz duyarlılık toplam puanı (r = .30, p <.001), paylaşımların bilincinde olma alt boyutu (r = .26, p <.001), öz sevecenlik alt boyutu (r = .27, p <.001) ve bilinçlilik alt boyutu (r = .25, p <.001), BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme alt boyutu (r = .26, p <.001) ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin anne duygusal sıcaklık boyutu ile ÖDÖ'den aşırı özdeşleşme alt boyutu ve BİBESÖ'den görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p> .05).

KAETÖ-ÇF'nin anne reddedicilik alt boyutu ile anne aşırı korumacılık alt boyutu (r = .53, p < .001), baba aşırı korumacılık alt boyutu (r = .32, p < .001), baba reddedicilik alt boyutu (r = .59, p < .001); Öz Duyarlılık Ölçeğinden öz yargılama alt boyutu (r = .30, p < .001), izolasyon alt boyutu (r = .34, p < .001), aşırı özdeşleşme alt boyutu (r = .22, p < .001); BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu (r = .18, p < .05) ve görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu (r = .13, p < .05) ile pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin anne reddedicilik alt boyutu ile baba duygusal sıcaklık alt boyutu (r =-.29, p <.001); ÖDÖ'den toplam öz duyarlılık puanı (r =-.36, p <.001), paylaşımların bilincinde olma alt boyutu (r =-.21, p <.001), öz sevecenlik alt boyutu (r =-.25, p <.001), bilinçlilik alt boyutu (r =-0.20, p <.05); BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme alt boyutu (r =-.27, p <.001) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin anne aşırı korumacılık alt boyutu ile baba aşırı korumacılık alt boyutu (r = .68, p <.001), baba reddedicilik alt boyutu (r = .32, p <.001); ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu (r = .23, p <.001), izolasyon alt boyutu (r = .29, p <.001), aşırı özdeşleşme alt boyutu (r = .17, p <.05); BİBESÖ'den kaçınma (r = 0.20, p <.05) ve görünüşü düzeltme stratejileri alt boyutu (r = .24, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin anne aşırı korumacılık alt boyutu ile baba duygusal sıcaklık (r =-.17, p <.05); ÖDÖ'den toplam öz duyarlılık puanı (r =-.18, p <.05), öz sevecenlik alt boyutu (r =-.14, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin anne aşırı korumacılık alt boyutu ile ÖDÖ'den paylaşımların bilincinde olma alt boyutu, bilinçlilik alt boyutu ve BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>.05).

KAETÖ-ÇF'nin baba aşırı korumacılık alt boyutu ile baba duygusal sıcaklık alt boyutu, ÖDÖ'den paylaşımların bilincinde olma alt boyutu, öz sevecenlik alt boyutu, bilinçlilik alt boyutu, BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>.05).

KAETÖ-ÇF'nin baba aşırı korumacılık alt boyutu ile baba reddedicilik alt boyutu (r = .46, p <.001), ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu (r = .23, p <.001), izolasyon alt boyutu (r = .22, p <.001), aşırı özdeşleşme alt boyutu (r = .15, p <.05); BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu (r = .15, p <.05) ve görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu (r = .16, p <.05) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

KAETÖ-ÇF'nin baba aşırı korumacılık alt boyutu ile öz duyarlılık toplam puanı (r =-.18, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin baba duygusal sıcaklık alt boyutu ile baba reddedicilik alt boyutu (r =-.43, p <.001); ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu (r =-.16, p <.05), izolasyon alt boyutu (r =-.19, p <.05), BİBESÖ'den görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu (r =-.17, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin baba duygusal sıcaklık ile ÖDÖ toplam puanı (r = .23, p <.001), paylaşımların bilincinde olma alt boyutu (r = .15, p <.05), öz sevecenlik alt boyutu (r = .25, p <.001), bilinçlilik alt boyutu (r = .20, p <.001), BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu (r = .13, p <.05) ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

KAETÖ-ÇF'nin baba duygusal sıcaklık alt boyutu ile ÖDÖ'den aşırı özdeşleşme alt boyutu ve BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>.05).

KAETÖ-ÇF'nin baba reddedicilik alt boyutu ile ÖDÖ toplam puanı (r =-.31, p <.001), paylaşımların bilincinde olma alt boyutu (r =-.13, p <.05), öz sevecenlik alt boyutu (r =-.19, p <.05), bilinçlilik alt boyutu (r =-.17, p <.05); BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejileri alt boyutu (r =-.19, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

KAETÖ-ÇF'nin baba reddedicilik alt boyutu ile ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu (r = .30, p <.001), izolasyon alt boyutu (r = .33, p <.001), aşırı özdeşleşme alt boyutu (r = .20, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

KAETÖ-ÇF'nin baba reddedicilik alt boyutu ile BİBESÖ'den kaçınma ve görünüşü düzeltme stratejileri alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>.05).

ÖDÖ toplam puanı ile paylaşımların bilincinde olma alt boyutu (r = .67, p <.001), öz sevecenlik alt boyutu (r = .75, p <.001), bilinçlilik alt boyutu (r = .67, p <.001), BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu (r = .48, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

ÖDÖ toplam puanı ile öz yargılama alt ölçeği (r =-.77, p <.001), izolasyon alt ölçeği (r =-.69, p <.001), aşırı özdeşleşme alt ölçeği (r =-.69, p <.001), BİBESÖ'den kaçınma

stratejisi alt ölçeği (r =-.25, p <.001) ve görünüşü düzenleme stratejisi alt ölçeği (r =-.32, p <.001) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile öz sevecenlik alt boyutu (r = .70, p <.001), bilinçlilik alt boyutu (r = .69, p <.001) ve BİBESÇ'nden olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu (r = .52, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile öz yargılama alt boyutu (r =-.234, p <.001) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile izolasyon alt boyutu, aşırı özdeşleşme alt boyutu, BİBESÖ'den görünüşü düzetme stratejisi ve kaçınma stratejisi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>.05).

ÖDÖ'den öz sevecenlik alt boyutu ile bilinçlilik (r = .76, p <.001) ve BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu (r = .52, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den öz sevecenlik alt boyutu ile öz yargılama alt boyutu (r =-.39, p <.001), izolasyon alt boyutu (r =-.21, p <.001), aşırı özdeşleşme alt boyutu (r =-.18, p <.001), BİBESÖ'den görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu (r =-.17, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den öz sevecenlik alt boyutu ile BİBESÖ'den kaçınma stratejisi arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır (p>.05).

ÖDÖ'den bilinçlilik alt boyutu ile öz yargılama alt boyutu (r =-.19, p <.05), aşırı özdeşleşme alt boyutu (r =-.17, p <.05), BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu (r =-.15, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den bilinçlilik alt boyutu ile BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu (r =.44, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den bilinçlilik alt boyutu ile izolasyon alt boyutu ve BİBESÖ'den görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır (p>.05).

ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu ile izolasyon alt ölçeği (r =.72, p <.001), aşırı özdeşleşme alt ölçeği (r =.73, p <.001), BİBESÖ'den kaçınma (r =.29, p <.001) ve görünüşü düzeltme stratejisi alt ölçeği (r =.33, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den öz yargılama alt boyutu ile BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt ölçeği arasında negatif yönlü (r =-.27, p <.001) anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den izolasyon alt boyutu ile aşırı özdeşleşme alt boyutu (r =.73, p <.001), BİBESÖ'den kaçınma (r =-.22, p <.001) ve görünüşü düzeltme stratejileri alt boyutları (r =.38, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den izolasyon alt boyutu ile BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt ölçeği (r =-.16, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den aşırı özdeşleşme alt boyutu ile BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu (r =-.14, p <.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

ÖDÖ'den aşırı özdeşleşme alt boyutu ile BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu (r =.20, p <.05) ile görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu (r =.32, p <.001) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu ile kaçınma stratejisi arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır (p>.05).

BİBESÖ'den olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu ile görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu (r =.15, p <.05) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

BİBESÖ'den kaçınma stratejisi alt boyutu ile görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur (r =.36, p <.001).

Tablo 5. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. Anne Aşırı Koruyuculuk	1															
2.Anne Duygusal Sıcaklık	-.25**	1														
3. Anne Reddedicilik	.53**	-.59**	1													
4. Baba Aşırı Koruyuculuk	.68**	-.25**	.32**	1												
5. Baba Duyusal Sıcaklık	-.17**	.58**	-.29**	-.11	1											
6. Baba Reddedicilik	.32**	-.41**	.59**	.46**	-.43**	1										
7.Olumlu Mantıksal Kabullenme	-.07	.26**	-.27**	-.09	.13*	-.19**	1									
8.Kaçınma	,20**	-.17**	.18**	.15*	-.12	.11	-.03	1								
9. Görünüşü Düzeltme	,24**	-.02	.13*	.16*	-.17**	.11	.15*	.36**	1							
10.Bilinçlilik	00	.25**	-.20**	-.05	.20**	-.17**	.44**	-.15*	-.08	1						
11. Öz Sevecenlik	-.14*	.27**	-.25**	-.12	.25**	-.19**	.52**	-.12	-.17**	.76**	1					
12.Paylaşımların Bilincinde Olma	.05	.26**	-.21**	0	.15*	-.13*	.52**	-.07	-.06	.69**	.70**	1				
13. Öz Yargılama	.23**	-.17**	.30**	.23**	-.16*	.30**	-.27**	.29**	.33**	-.19**	-.39**	-.24**	1			
14. İzolasyon	.29**	-.23**	.34**	.22**	-.19**	.33**	-.16*	.22**	.38**	-.09	-.21**	-.12	.72**	1		
15. Aşırı Özdeşleşme	.17**	-.11	.22**	.15*	-.02	.20**	-.14*	.20**	.32**	-.17**	-.18**	-.11	.73**	.73**	1	
16. Genel Öz Şefkat	-.18**	.30**	-.36**	-.18**	.23**	-.31**	.48**	-.25**	-.32**	.67**	.75**	.67**	-.77**	-.69**	-.69**	1

Not: * $p<.05$, ** $p<.001$

4.1.3. Araştırma değişkenlerinin demografiklere göre incelenmesi

Araştırmaya katılan bireylerde, araştırma değişkenlerinin (beden imgesi baş etme stratejileri, algılanan ebeveyn tutumu ve öz şefkat) katılımcıların bazı demografik özelliklerine göre (cinsiyet, gelir, üniversite, ebeveyn eğitim durumu, sınıf, vücut memnuniyeti) nasıl farklılaştığı incelenmiştir.

4.1.3.1. Katılımcıların ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanlarına ve cinsiyet değişkenine göre analiz sonuçlarına bakıldığında izolasyon [$t(244) = -1.95$, $p > .05$], aşırı özdeşleşme [$t(244) = -.29$, $p > .05$], paylaşımların bilincinde olma [$t(244) = .26$, $p > .05$], öz sevecenlik[$t(250) = .05$, $p > .05$], bilinçlilik [$t(250) = -.01$, $p > .05$], öz yeterlilik [$t(250) = -1.84$, $p > .05$], olumlu mantıksal kabullenme [$t(250) = .40$, $p > .05$], kaçınma [$t(250) = .19$, $p > .05$], görünüşü düzeltme[$t(250) = -.97$, $p > .05$], baba reddedicilik [$t(250) = -.97$, $p > .05$], baba duygusal sıcaklık [$t(250) = 1.66$, $p > .05$], anne duygusal sıcaklık [$t(250) = -.14$, $p > .05$], ve anne reddedicilik [$t(250) = -1.59$, $p > .05$], puanlarının katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı farklılaşmadığı gözlemlenmiştir.

Öz duyarlılık toplam [t (244) =-1.37, $p < .001$] puanı cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların (*Ort.* =3.23, *SS* =.48) öz şefkat toplam puanları kadın katılımcıların (*Ort.* =3.10, *SS* =.68) puanlarından anlamlı ölçüde daha yüksektir.

Baba aşırı koruyuculuk [t (244) = 1.66, $p < .05$] puanı cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kadın katılımcıların (*Ort.* =2.11, *SS* =.61) algıladıkları baba aşırı koruyuculuk erkeklerin (*Ort.* =1.98, *SS* =.47) algıladıkları baba aşırı koruyuculuğa göre anlamlı ölçüde daha yüksektir. Anne aşırı koruyuculuk [t (244) = 3.7, $p < .05$] puanı cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kadın katılımcıların (*Ort.* =2.36, *SS* =.63) algıladıkları anne aşırı koruyuculuk erkeklerin (*Ort.* =2.09, *SS* =.52) algıladıkları anne aşırı koruyuculuğa göre anlamlı ölçüde daha yüksektir. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 6'da özetlenmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından T- Test Analiz Değerleri

Ölçekler	*Cinsiyet*	*n*	*Ort.*	*Ss*	*t*	*p*
Öz Duyarlılık Toplam	Kadın	179	3.10	.68	-1.37	.001
	Erkek	67	3.23	.48		
Aşırı Özdeşleşme	Kadın	179	2.85	.91	3.51	.131
	Erkek	67	2.40	.82		
İzolasyon	Kadın	179	2.77	.95	2.10	.710
	Erkek	67	2.48	.92		
Öz Yeterlilik	Kadın	179	2.57	.92	.94	.120
	Erkek	67	2.45	.87		
Paylaşımların Bilincinde Olma	Kadın	179	2.97	.98	1.13	.139
	Erkek	67	2.82	.88		
Öz Sevecenlik	Kadın	179	2.83	.91	.43	.073
	Erkek	67	2.78	.75		
Bilinçlilik	Kadın	179	2.99	.88	-.87	.244
	Erkek	67	3.09	.79		
Olumlu Mantıksal Kabullenme	Kadın	179	2.70	.64	1.13	.594
	Erkek	67	2.60	.60		
Kaçınma	Kadın	179	1.97	.58	2.29	.861
	Erkek	67	1.78	.57		
Görünüşü Düzeltme	Kadın	179	2.69	.67	3.18	.909
	Erkek	67	2.39	.66		
Baba Reddedicilik	Kadın	179	1.44	.48	.03	.410
	Erkek	67	1.44	.39		
Baba Duygusal Sıcaklık	Kadın	179	2.74	.68	.22	.902
	Erkek	67	2.72	.68		
Baba Aşırı Koruyuculuk	Kadın	179	2.11	.61	1.66	.011
	Erkek	67	1.98	.47		
Anne Aşırı Koruyuculuk	Kadın	179	2.36	.63	3.07	.039
	Erkek	67	2.09	.52		
Anne Duygusal Sıcaklık	Kadın	179	3.03	.60	-.42	.947
	Erkek	67	3.06	.61		
Anne Reddecilik	Kadın	179	1.45	45	1.06	.570
	Erkek	67	1.39	.42		

4.1.3.2. Katılımcıların ölçek puanlarının gelir düzeyine göre karşılaştırılması

Araştırma değişkenlerinin gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için SPSS üzerinden Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre algılanan ebeveyn tutumlarından anne (H (3,252) = 4.36, p> .05) ve baba (H (3,252) = 2.79, p> .05) duygusal sıcaklık alt boyutları gelir düzeyi ile anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Bunun yanı sıra aşırı koruyuculuk alt boyutu anne (H (3,252) = 9.67, p <.05) için de baba (H (3,252) = 10.64, p <.05) için de anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için Games-Howel Post-Hoc testi uygulanmış ve yapılan testin sonucunda anlamlı bir farklılaşma görülememiştir (p> .05).

Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri

					Kruskal Wallis	
Ölçekler	**Gelir Düzeyi**	***n***	***Ort.***	***Ss***	X^2	***p***
Baba Reddedicilik	0-5.500	155	1.50	.49	7.408	.060
	5.500-10.000	55	1.35	.36		
	10.000-20.000	22	1.42	.45		
	20000	21	1.27	.34		
Baba Duygusal Sıcaklık	0-5.500	155	2.69	.69	2.790	.425
	5.500-10.000	55	2.84	.57		
	10.000-20.000	22	2.65	.76		
	20000	21	2.86	.77		
Baba Aşırı Koruyuculuk	0-5.500	155	2.16	.59	10.640	.014
	5.500-10.000	55	2.01	.56		
	10.000-20.000	22	1.84	.52		
	20000	21	1.89	.56		
Anne Aşırı Koruyuculuk	0-5.500	155	2.37	.63	9.666	.022
	5.500-10.000	55	2.25	.60		
	10.000-20.000	22	2.04	.60		
	20000	21	2.06	.46		
Anne Duygusal Sıcaklık	0-5.500	155	3.01	.61	1.976	.577
	5.500-10.000	55	3.13	.57		
	10.000-20.000	22	3.03	.58		
	20000	21	3.10	.64		
Anne Reddecilik	0-5.500	155	1.47	.48	4.361	.225
	5.500-10.000	55	1.39	.38		
	10.000-20.000	22	1.42	.39		
	20000	21	1.25	.26		

Öz şefkat ve beden imgesi baş etme stratejileri ile gelir düzeyi arasındaki farklılaşmaya bakmak için yapılan Krusal Wallis testi sonuçlarına göre öz şefkat toplam puanının ($H(3,252) = 5.41$, $p > .05$) ve öz şefkatin alt boyutlarından olan bilinçlilik ($H(3,252)= 5.41$, $p > .05$), paylaşımların bilincinde olma ($H(3,252)= 3.29$, $p > .05$), öz sevecenlik ($H(3,252)= 2.68$, $p > .05$), izolasyon ($H(3,252)= 3.34$, $p > .05$), aşırı özdeşleşme ($H(3,252)= 5.10$, $p > .05$) ve öz yargılama ($H(3,252)= 6.71$, $p > .05$) alt boyutlarının gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür.

Beden imgesi baş etme stratejilerinden olumlu mantıksal kabullenme (H (3,252) = 5.56, *p*> .05), kaçınma (H (3,252) = 5.32, *p*> .05) ve görünüşü düzeltme (H (3,252) = 4.58, *p* > .05), stratejileri gelir düzeyi ile anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır (*p* >.05).

Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri (Devam)

					Kruskal Wallis	
Ölçekler	**Gelir Düzeyi**	***n***	***Ort.***	***Ss***	X^2	***p***
Öz Duyarlılık Toplam	0-5.500	155	3.11	.69	5.405	.144
	5.500-10.000	55	3.18	.65		
	10.000-20.000	22	2.93	.32		
	20.000	21	3.32	.50		
Aşırı Özdeşleşme	0-5.500	155	2.79	.91	5.102	.165
	5.500-10.000	55	2.69	.93		
	10.000-20.000	22	2.84	1.00		
	20.000	21	2.32	.63		
İzolasyon	0-5.500	155	2.77	1.01	3.344	.342
	5.500-10.000	55	2.62	.99		
	10.000-20.000	22	2.76	.67		
	20.000	21	2.40	.78		
Öz Yeterlilik	0-5.500	155	2.61	.93	6.705	.082
	5.500-10.000	55	2.42	.90		
	10.000-20.000	22	2.72	.71		
	20.000	21	2.18	.82		
Paylaşımların Bilincinde Olma	0-5.500	155	2.97	.99	3.290	.349
	5.500-10.000	55	2.90	.96		
	10.000-20.000	22	2.58	.73		
	20.000	21	2.99	.90		
Öz Sevecenlik	0-5.500	155	2.84	.92	2.678	.444
	5.500-10.000	55	2.85	.76		
	10.000-20.000	22	2.55	.62		
	20.000	21	2.82	.99		
Bilinçlilik	0-5.500	155	3.03	.85	1.423	.700
	5.500-10.000	55	3.05	.86		
	10.000-20.000	22	2.77	.68		
	20.000	21	3.04	1.03		
Olumlu Mantıksal Kabullenme	0-5.500	155	2.66	.61	5.562	.135
	5.500-10.000	55	2.78	.60		
	10.000-20.000	22	2.40	.69		
	20.000	21	2.82	.71		
Kaçınma	0-5.500	155	1.94	.59	5.562	.150
	5.500-10.000	55	1.92	.52		
	10.000-20.000	22	1.95	.57		
	20.000	21	1.69	.65		
Görünüşü Düzeltme	0-5.500	155	2.68	.69	4.579	.205
	5.500-10.000	55	2.50	.64		
	10.000-20.000	22	2.64	.68		

4.1.3.3. Katılımcıların ölçek puanlarının üniversiteye göre karşılaştırılması

Analiz sonuçlarına bakıldığında öz duyarlılık toplam puanı [$t(250) = 1.06$, $p > .05$], öz yargılama [$t(250) = -1.84$, $p > .05$], izolasyon [$t(250) = -1.95$, $p > .05$], aşırı özdeşleşme [$t(250) = -.29$, $p > .05$], paylaşımların bilincinde olma [$t(250) = .26$, $p > .05$], öz sevecenlik[$t(250) = .05$, $p > .05$], bilinçlilik[$t(250) = -.01$, $p > .05$], öz yeterlilik [$t(250) = --1.84$, $p > .05$], olumlu mantıksal kabullenme [$t(250) = .40$, $p > .05$], kaçınma [$t(250) = .19$, $p > .05$], görünüşü düzeltme[$t(250) = -.97$, $p > .05$], baba reddedicilik [$t(250) = -.97$, $p > .05$], baba duygusal sıcaklık [$t(250) = 1.66$, $p > .05$], baba aşırı koruyuculuk [$t(250) = 4.99$, $p > .05$], anne aşırı koruyuculuk [$t(250) = -1.58$, $p > .05$] ve anne reddedicilik [$t(250) = -1.59$, $p > .05$], puanlarının katılımcıların gittiği üniversiteye göre anlamlı farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra anne duygusal sıcaklık puanı ile üniversite anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır [$t\ (250) = 2.12$, $p < .05$]. Katılımcıların algıladıkları anne duygusal sıcaklığı özel/vakıf üniversitesine (*Ort.* =3.09, *SS*=.56) gidenlerin devlet üniversitesine (*Ort.* =2.91, *SS* =.68) gidenlerden anlamlı bir şekilde daha fazla bulunmuştur. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 9'de özetlenmiştir.

Tablo 9. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Üniversite Değişkeni Açısından T-Test Analiz Değerleri

Ölçekler	**Üniversite**	***n***	***Ort.***	***Ss***	***t***	***p***
Öz Duyarlılık Toplam	Özel/vakıf	184	3.16	0.62	1.06	.19
	Devlet	68	3.06	0.71		
Aşırı Özdeşleşme	Özel/vakıf	184	2.72	0,89	-0.29	.14
	Devlet	68	2.76	0.96		
İzolasyon	Özel/vakıf	184	2.63	0.93	-1.96	.27
	Devlet	68	2.90	1.03		
Öz Yeterlilik	Özel/vakıf	184	2.48	0.90	-1.84	.80
	Devlet	68	2.71	0.91		
Paylaşımların Bilincinde Olma	Özel/vakıf	184	2.93	0.95	.26	.51
	Devlet	68	2.89	0.99		
Öz Sevecenlik	Özel/vakıf	184	2.82	0.85	.05	.72
	Devlet	68	2.81	0.92		
Bilinçlilik	Özel/vakıf	184	3.01	0.85	-.01	.76
	Devlet	68	3.01	0.89		
Olumlu Mantıksal Kabullenme	Özel/vakıf	184	2.68	0.64	.40	.78
	Devlet	68	2.65	0.62		
Kaçınma	Özel/vakıf	184	1.91	0.59	.19	.32
	Devlet	68	1.90	0.54		
Görünüşü Düzeltme	Özel/vakıf	184	2.59	0.65	-.97	.38
	Devlet	68	2.69	0.74		
Baba Reddedicilik	Özel/vakıf	184	1.42	0.45	-.97	.30
	Devlet	68	1.49	0.48		
Baba Duygusal Sıcaklık	Özel/vakıf	184	2.78	0.68	1.66	.49
	Devlet	68	2.62	0.68		
Baba Aşırı Koruyuculuk	Özel/vakıf	184	2.04	0.56	4.99	.08
	Devlet	68	2.17	0.65		
Anne Aşırı Koruyuculuk	Özel/vakıf	184	2.25	0.59	-1.58	.07
	Devlet	68	2.42	0.67		
Anne Duygusal Sıcaklık	Özel/vakıf	184	3.09	0.56	2.12	.02
	Devlet	68	2.91	0.68		
Anne Reddecilik	Özel/vakıf	184	1.41	0.42	-1.59	.08
	Devlet	68	1.50	0.49		

4.1.3.4. Katılımcıların ölçek puanlarının sınıfa göre karşılaştırılması

Araştırma değişkenlerinin sınıfa göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. Yapılan Kruskal Wallis analizi sonuçlarına göre, öz şefkat toplam puanının ($H(4,252)= 6.27$, $p > .05$) ve öz şefkatin alt boyutlarından olan bilinçlilik

(H(4,252)= 7.24, $p > .05$), öz sevecenlik (H(4,252)= 7.66, $p > .05$), izolasyon (H(4,252)= 4.82, $p > .05$), aşırı özdeşleşme (H(4,252)= 7.68, $p > .05$) ve öz yargılama (H(4,252)= 4.35, $p > .05$) alt boyutlarının katılımcıların sınıfına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı; paylaşımların bilincinde olma (H(4,252)= 10.28, $p < .05$) alt boyutunun ise anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 10'da özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için paylaşımların bilincinde olma ile sınıf değişkenlerine Games-Howel Post-Hoc testi uygulanmış ve yapılan testin sonucunda anlamlı bir farklılaşma görülememiştir ($p>.05$).

Tablo 10. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Sınıf Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri

					Kruskal Wallis	
Ölçekler	**Sınıf**	***n***	***Ort.***	***Ss***	X^2	***p***
Öz Duyarlılık Toplam	Hazırlık Sınıfı	25	3.11	.66	6.272	.180
	1	67	3.09	.64		
	2	52	3.08	.63		
	3	55	3.06	.64		
	4	53	3.31	.65		
Aşırı Özdeşleşme	Hazırlık Sınıfı	25	2.84	.97	7.676	.104
	1	67	2.83	.94		
	2	52	2.89	.91		
	3	55	2.55	.90		
	4	53	2.57	.81		
İzolasyon	Hazırlık Sınıfı	25	2.78	1.00	4.815	.307
	1	67	2.89	1.04		
	2	52	2.70	.90		
	3	55	2.52	.92		
	4	53	2.61	.93		
Öz Yeterlilik	Hazırlık Sınıfı	25	2.57	.99	4.346	.361
	1	67	2.61	.97		
	2	52	2.65	.89		
	3	55	2.55	.87		
	4	53	2.32	.83		
Paylaşımların Bilincinde Olma	Hazırlık Sınıfı	25	2.96	.95	10.275	.036
	1	67	2.95	0,88		
	2	52	3.00	.96		
	3	55	2.58	0,97		
	4	53	3.15	1.00		
Öz Sevecenlik	Hazırlık Sınıfı	25	2.86	.95	7.659	.105
	1	67	2.81	.84		
	2	52	2.77	.86		
	3	55	2.61	.87		
	4	53	3.06	.85		
Bilinçlilik	Hazırlık Sınıfı	25	3.04	.87	7.234	.124
	1	67	3.13	.83		
	2	52	2.95	.83		
	3	55	2.77	.90		
	4	53	3.16	.83		

Beden imgesi baş etme stratejilerinden olumlu mantıksal kabullenme (H (4,252) = 3.10, $p > .05$), kaçınma (H(4,252)= 2.28, $p > .05$) alt boyutlarının katılımcıların sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı ve görünüşü düzeltme (H(4,252)= 10.19, $p < .05$) alt boyutunun sınıf değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için görünüşü düzeltme ile sınıf değişkenlerine Games-Howel Post-Hoc testi uygulanmış ve yapılan testin sonucunda anlamlı bir farklılaşma görülememiştir ($p>.05$).

Algılanan ebeveyn tutumlarından anne (H (4,252) = 9.31, $p> .05$) ve baba (H (4,252)= 7.46, $p > .05$) reddedicilik, anne (H(4,252)= 4.1, $p > .05$) ve baba (H(4,252)= 6.00, $p > .05$) duygusal sıcaklık ve anne (H(4,252)= 4.08, $p > .05$) ve baba (H(4,252)= 1.76, $p > .05$) aşırı koruyuculuk alt boyutları için sınıf ile anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.

Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 11'de özetlenmiştir.

Tablo 11. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Sınıf Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri (Devam)

					Kruskal Wallis	
Ölçekler	**Gelir Düzeyi**	***n***	***Ort.***	***Ss***	X^2	***p***
Olumlu Mantıksal Kabullenme	Hazırlık Sınıfı	25	2.84	.43	3.095	.542
	1	67	2.75	.52		
	2	52	2.71	.69		
	3	55	2.49	.76		
	4	53	2.66	.61		
Kaçınma	Hazırlık Sınıfı	25	2.01	.63	2.280	.684
	1	67	1.91	.56		
	2	52	1.85	.61		
	3	55	1.97	.62		
	4	53	1.87	.52		
Görünüşü Düzeltme	Hazırlık Sınıfı	25	2.80	.54	10.189	.037
	1	67	2.82	.64		
	2	52	2.62	.72		
	3	55	2.47	.72		
	4	53	2.43	.62		
Baba Reddedicilik	Hazırlık Sınıfı	25	1.34	.43	7.463	.113
	1	67	1.52	.51		
	2	52	1.30	.32		
	3	55	1.52	.53		
	4	53	1.44	.40		
Baba Duygusal Sıcaklık	Hazırlık Sınıfı	25	2.78	.64	5.997	.199
	1	67	2.67	.70		
	2	52	2.89	.73		
	3	55	2.77	.65		
	4	53	2.60	.65		
Baba Aşırı Koruyuculuk	Hazırlık Sınıfı	25	2.02	.67	1.764	.779
	1	67	2.10	.65		
	2	52	2.02	.48		
	3	55	2.15	.61		
	4	53	2.07	.54		
Anne Aşırı Koruyuculuk	Hazırlık Sınıfı	25	2.24	.53	4.084	.395
	1	67	2.40	.69		
	2	52	2.24	.53		
	3	55	2.36	.62		
	4	53	2.17	.61		
Anne Duygusal Sıcaklık	Hazırlık Sınıfı	25	3.19	.50	4.106	.392
	1	67	3.01	.55		
	2	52	3.10	.62		
	3	55	1.97	.57		
	4	53	3.04	.71		
Anne Reddecilik	Hazırlık Sınıfı	25	1.25	.21		
	1	67	1.51	.48	9.310	.054
	2	52	1.42	.48		
	3	55	1.54	.50		
	4	53	1.32	.29		

4.1.3.5. Katılımcıların ölçek puanlarının vücut memnuniyetine göre karşılaştırılması

Yapılan Kruskal Wallis analizi sonuçlarına göre, öz şefkat toplam puanının (H(4,252)= 12.98, $p < .05$) ve öz şefkatin alt boyutlarından olan bilinçlilik (H(4,252)= 11.91, $p < .05$), öz sevecenlik (H(4,252)= 16.76, $p < .05$), izolasyon (H(4,252)= 12.36, $p < .05$), ve öz yargılama (H(4,252)= 16.53, $p > .05$) alt boyutlarının katılımcıların vücut memnuniyetine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı; aşırı özdeşleşme (H(4,252)= 8.94, $p > .05$) paylaşımların bilincinde olma (H(4,252)= 2.68, $p < .05$) alt boyutunun ise anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 12'da özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için uygulanan Games- Howel Post-Hoc testi test sonuçlarına göre; vücut memnuniyetine "çok memnunum" (*Ort.*= 3.40, *Ss*= .64) diyen katılımcıların "hiç memnun değilim" (*Ort.*= 2.63, *Ss*= .48) diyen katılımcılara göre öz şefkat toplam puanı anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Vücut memnuniyetine "pek memnun değilim" diyen katılımcıların "memnunum" diyen katılımcılara göre aşırı özdeşleşme puanı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Pek memnun değilim" (*Ort.*= 2.97, *Ss*= .93) diyen katılımcıların aşırı özdeşleşme puanları "memnunum" (*Ort.*= 2.58, *Ss*= .84) diyenlerden yüksektir.

Vücut memnuniyetine "pek memnun değilim" diyen katılımcıların "çok memnunum" diyen katılımcılara göre izolasyon puanı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Pek memnun değilim" (*Ort.*= 3.00, *Ss*= 1.00) diyen katılımcıların izolasyon puanları "çok memnunum" (*Ort.*= 2.32, *Ss*= .80) diyenlerden yüksektir.

Vücut memnuniyetine "pek memnun değilim" diyen katılımcıların "çok memnunum" diyen katılımcılara göre öz yargılama puanı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Pek memnun değilim" (*Ort.*= 2.82, *Ss*= .85) diyen katılımcıların öz yargılama puanları "çok memnunum" (*Ort.*= 2.08, *Ss*= .86) diyenlerden yüksektir.

Vücut memnuniyetine "hiç memnun değilim" diyen katılımcıların "çok memnunum" ve "oldukça memnunum" diyen katılımcılara göre öz sevecenlik puanı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Hiç memnun değilim" (*Ort.*= 2.17, *Ss*= .50) diyen katılımcıların öz

sevecenlik puanları “çok memnunum” (*Ort*.= 3.28, *Ss*= 1.06) ve “oldukça memnunum” (*Ort*.= 3.07, *Ss*= .92) diyenlerden düşüktür.

Tablo 12. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Vücut Memnuniyeti Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri

					Kruskal Wallis	
Ölçekler	**Vücut Memnuniyeti**	***n***	***Ort.***	***Ss***	X^2	***p***
Öz Duyarlılık Toplam	1	7	2.63	.48	12.981	.011
	2	70	2.98	.68		
	3	100	3.13	.58		
	4	52	3.28	.68		
	5	23	3.40	.60		
Aşırı Özdeşleşme	1	7	3.11	.66	8.937	.063
	2	70	2.97	.93		
	3	100	2.59	.84		
	4	52	2.67	1.01		
	5	23	2.66	.78		
İzolasyon	1	7	3.11	.88	12.361	.015
	2	70	2.99	1.00		
	3	100	2.64	.90		
	4	52	2.53	1.02		
	5	23	2.33	.80		
Öz Yeterlilik	1	7	3.09	.88	16.533	.002
	2	70	2.82	.85		
	3	100	2.47	.87		
	4	52	2.43	.96		
	5	23	2.08	.86		
Paylaşımların Bilincinde Olma	1	7	2.43	.84	2.684	.612
	2	70	2,98	.99		
	3	100	2.89	.91		
	4	52	2.98	.95		
	5	23	2.92	1.13		
Öz Sevecenlik	1	7	2.17	.50	16.757	.002
	2	70	2.68	.80		
	3	100	2.72	.79		
	4	52	3.07	.92		
	5	23	3.28	1.06		
Bilinçlilik	1	7	2.50	.61	11.910	.018
	2	70	3.01	.82		
	3	100	2.87	.80		
	4	52	3.25	.92		
	5	23	3.26	.96		

Beden imgesi baş etme stratejilerinden olumlu mantıksal kabullenme (H (4,252) = 24.78, $p < .001$) , kaçınma (H (4,252)= 17.90, $p < .001$) ve görünüşü düzeltme (H(4,252)= 37.31, $p < .001$) alt boyutlarının katılımcıların vücut memnuniyetine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür.

Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için Games-Howel Post-Hoc testi uygulanmıştır. Vücut memnuniyetine "hiç memnun değilim" diyen katılımcıların olumlu mantıksal kabullenme stratejisi puanı "çok memnunum", "oldukça memnunum" ve "memnunum" diyen katılımcılara göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Hiç memnun değilim" (*Ort*.= 1.79, *Ss*= .56) diyen katılımcıların olumlu mantıksal kabullenme stratejisi puanları "çok memnunum" (*Ort*.= 2.74, *Ss*= .84), "oldukça memnunum" (*Ort*.= 2.89, *Ss*= .58) ve "memnunum" (*Ort*.= 2.71, *Ss*= .57) diyenlerden düşüktür.

Vücut memnuniyetine "pek memnun değilim" diyen katılımcıların "oldukça memnunum" diyen katılımcılara göre kaçınma stratejisi puanı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Pek memnun değilim" (*Ort*.= 2.04, *Ss*= .58) diyen katılımcıların öz yargılama puanları "oldukça memnunum" (*Ort*.= 1.75, *Ss*= .53) diyenlerden yüksektir.

Vücut memnuniyetine "pek memnun değilim" diyen katılımcıların görünüşü düzeltme stratejisi puanı "çok memnunum", "oldukça memnunum" ve "memnunum" diyen katılımcılara göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Pek memnun değilim" (*Ort*.= 2.84, *Ss*= .79) diyen katılımcıların görünüşü düzeltme stratejisi puanları "çok memnunum" (*Ort*.= 2.14, *Ss*= .84), "oldukça memnunum" (*Ort*.= 2.44, *Ss*= .58) ve "memnunum" (*Ort*.= 2.57, *Ss*= .65) diyenlerden yüksektir.

Algılanan ebeveyn tutumlarından anne (H (4,252) = 7.11, $p > .05$) ve baba (H(4,252)= 14.24, $p > .05$) aşırı koruyuculuk alt boyutları vücut memnuniyeti ile anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı; anne (H (4,252)= 10.56, $p < .05$) ve baba (H (4,252)= 22.06, $p < .001$) duygusal sıcaklık ve anne (H (4,252)= 11.74, $p < .05$) ve baba (H (4,252)= 14.24, $p < .05$) reddedicilik alt boyutlarının vücut memnuniyeti ile anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür.

Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için Games-Howel Post-Hoc testi uygulanmıştır. Post Hoc testi sonuçlarına göre algılanan anne duygusal sıcaklığı ve anne reddediciliği ile vücut memnuniyeti arasında bir farklılaşma bulunamamıştır (p>.05).

Vücut memnuniyetine "çok memnunum" diyen katılımcıların algılanan baba reddediciliği "pek memnun değilim", "memnunum" ve oldukça memnunum" diyen katılımcılara göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Çok memnunum" (*Ort*.= 1.19, *Ss*= .26) diyen katılımcıların algılanan baba reddediciliği, "memnunum" (*Ort*.= 1.42, *Ss*= .45), "oldukça memnunum" (*Ort*.= 1.47, *Ss*= .46) ve "pek memnun değilim" (*Ort*.= 1.50, *Ss*= .48) diyenlerden düşüktür.

Vücut memnuniyetine "pek memnun değilim" diyen katılımcıların algılanan baba duygusal sıcaklığı "çok memnunum" ve oldukça memnunum" diyen katılımcılara göre ve "memnunum" diyen katılımcıların puanları da "oldukça memnunum" diyenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. "Pek memnun değilim" (*Ort*.= 2.56, *Ss*= .68) diyen katılımcıların algılanan baba duygusal sıcaklığı, "çok memnunum" (*Ort*.= 3.08, *Ss*= .60) ve "oldukça memnunum" (*Ort*.= 2.99, *Ss*= .65) diyenlerden düşük; "memnunum" (*Ort*.= 2.68, *Ss*= .66) diyen katılımcıların baba duygusal sıcaklığı "oldukça memnunum" (*Ort*.= 2.99, *Ss*= .65) diyenlerden daha düşüktür.

Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 13'te özetlenmiştir.

Tablo 13. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Vücut Memnuniyeti Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri (Devam)

Ölçekler	Gelir Düzeyi	*n*	*Ort.*	*Ss*	Kruskal Wallis X^2	*p*
Olumlu Mantıksal Kabullenme	1	7	1.79	.56	24.779	.000
	2	70	2.52	.57		
	3	100	2.72	.57		
	4	52	2.89	.58		
	5	23	2.74	.84		
Kaçınma	1	7	2.52	.73	17.896	.001
	2	70	2.04	.58		
	3	100	1.92	.54		
	4	53	1.75	.53		
	5	23	1.67	.59		
Görünüşü Düzeltme	1	7	2.84	.79	37.312	.000
	2	70	2.95	.63		
	3	100	2.57	.65		
	4	52	2.44	.58		
	5	23	2.14	.72		
Baba Reddedicilik	1	7	1,71	.55	14.242	.007
	2	70	1,50	.48		
	3	100	1.42	.45		
	4	52	1.47	.47		
	5	23	1,19	.26		
Baba Duygusal Sıcaklık	1	7	2.33	.69	22.059	.000
	2	70	2.55	.68		
	3	100	2.68	.66		
	4	52	2.99	.65		
	5	23	3.08	.60		
Baba Aşırı Koruyuculuk	1	7	2.16	.52	6.395	.172
	2	70	2.17	.60		
	3	100	2.05	.60		
	4	52	2.8	.57		
	5	23	1.87	.47		
Anne Aşırı Koruyuculuk	1	7	2.33	.59	7.107	.130
	2	70	2.42	.63		
	3	100	2.28	.61		
	4	52	2.24	.64		
	5	23	2.09	.44		
Anne Duygusal Sıcaklık	1	7	2.51	.56	10.577	.032
	2	70	3.00	.65		
	3	100	3.01	.57		
	4	52	3.19	.57		
	5	23	3.17	.53		
Anne Reddecilik	1	7	1.78	.49		
	2	70	1.47	.47	11.741	.019
	3	100	1.43	.41		
	4	52	1.43	.46		
	5	23	1.24	.30		

4.1.3.5. Katılımcıların ölçek puanlarının kardeş sayısına göre karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanları ile kardeş sayıları arasındaki farklılaşmaya bakmak için ilk önce kardeş sayıları 1 (tek çocuk), 2, 3 ve 4 ve üzeri olarak kodlanmıştır. Ardından Kruskal Wallis analizi uygulanmıştır. Uygulanan analiz sonuçlarına göre öz şefkat toplam puanı (H (3,252) = 12.18, p <.05) , öz sevecenlik (H(3,252)= 10.89, p < .05) ve bilinçlilik H(3,252)= 12.70, p < .05) alt boyutları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

Öz yargılama (H (3,252) = 4.13, p> .05), izolasyon (H(3,252)= 7.38, p > .05), aşırı özdeşleşme (H(3,252)= 3.65, p > .05) , paylaşımların bilincinde olma H(3,252)= 7.22, p > .05), görünüşü düzeltme (H(3,252)= 1.76, p > .05), olumlu mantıksal kabullenme (H(3)= .51, p > .05) ve kaçınma (H(3,252)= 1.49, p > .05) alt boyutları anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 11'de özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farklılaşmayı görmek için Games-Howel Post-Hoc testi uygulanmıştır. Kendisi dahil 4 ve üzeri kardeş olanlar ile tek çocuk olanların, iki kardeş olanların ve üç kardeş olanların öz şefkat toplam puanı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Tek çocuk (*Ort*.=3.13, *Ss*=.65) olanların 4 ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.77, *Ss*=.46) olanlara göre öz şefkat toplam puanı daha yüksektir. İki kardeş (*Ort*.=3.21, *Ss*=.65) olanların öz şefkat puanı 4 ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.77, *Ss*=.46) olanlara göre daha yüksektir. Üç kardeş (*Ort*.=3.11, *Ss*=.64) olanların öz şefkat puanı 4 ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.77, *Ss*=.46) olanlara göre daha yüksektir.

Dört ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.40, *Ss*=.56) olanların öz sevecenlik puanı iki kardeş (*Ort*.=3.00, *Ss*=.90) olanlara göre daha düşüktür.

Dört ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.50, *Ss*=.62) olanların bilinçlilik puanı tek çocuk (*Ort*.=3.0, *Ss*=.80), iki kardeş (*Ort*.=3.12, *Ss*=.86) ve üç kardeş (*Ort*.=3.01, *Ss*=.93) olanlara göre daha düşüktür. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 14'te özetlenmiştir.

Tablo 14. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Kardeş Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri

					Kruskal Wallis	
Ölçekler	**Kardeş Sayısı**	***n***	***Ort.***	***Ss***	X^2	***p***
Öz Duyarlılık Toplam	1	50	3.13	.65	12.181	.007
	2	128	3.21	.65		
	3	48	3.11	.64		
	4 ve üzeri	26	2.77	.46		
Aşırı Özdeşleşme	1	50	2.67	.01	3.653	.301
	2	128	2.72	.84		
	3	48	2.65	.89		
	4 ve üzeri	26	3.04	.03		
İzolasyon	1	50	2.56	.05	7.377	.061
	2	128	2.65	.92		
	3	48	2.79	.96		
	4 ve üzeri	26	3.11	.92		
Öz Yeterlilik	1	50	2.48	.92	4.193	.241
	2	128	2.51	.91		
	3	48	2.55	.95		
	4 ve üzeri	26	2.79	.75		
Paylaşımların Bilincinde Olma	1	50	2.75	.98	7.223	.065
	2	128	3.06	.98		
	3	48	2.87	.98		
	4 ve üzeri	26	2.65	.67		
Öz Sevecenlik	1	50	2.73	.83	10.892	.012
	2	128	2.95	.90		
	3	48	2.77	.90		
	4 ve üzeri	26	2.39	.56		
Bilinçlilik	1	50	3.00	.80	12.703	.005
	2	128	3.12	.86		
	3	48	3.01	.93		
	4 ve üzeri	26	2.50	.63		
Olumlu Mantıksal Kabullenme	1	50	2.72	.51	.510	.917
	2	128	2.70	.62		
	3	48	2.61	.71		
	4 ve üzeri	26	2.59	.73		
Kaçınma	1	50	1.94	.55	1.485	.686
	2	128	1.90	.58		
	3	48	1.86	.55		
	4 ve üzeri	26	2.05	.66		
Görünüşü Düzeltme	1	50	2.61	.59	1.756	.625
	2	128	2.62	.67		
	3	48	2.56	.76		
	4 ve üzeri	26	2.73	.75		

Uygulanan analiz sonuçlarına göre anne duygusal sıcaklık (H (3,252)= 19.80, $p < .05$) ve anne reddedicilik (H(3,252)= 17.37, $p < .05$) alt boyutları ile kardeş sayısı anlamlı bir şekilde farklılaşmakta; baba duygusal sıcaklık (H(3)= 4.98, $p > .05$), baba reddedicilik (H(3,252)= 7.51, $p > .05$), baba aşırı koruyuculuk (H(3)= 2.13, $p > .05$) ve anne aşırı koruyuculuk (H(3,252)= 2.32, $p > .05$) alt boyutları ile kardeş sayısı anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.

Gruplar arası farklılaşmayı görmek için uygulanan Games-Howel testinde anne duygusal sıcaklık ve anne reddedicilik puanlarının kardeş sayısı ile anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Tek çocuk (*Ort*.=3.20, *Ss*=.45) olanların algılanan anne duygusal sıcaklığı üç kardeş (*Ort*.=2.89, *Ss*=.64) ve dört ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.61, *Ss*=.68) olanlara göre daha yüksektir. Benzer şekilde iki kardeş (*Ort*.=3.13, *Ss*=.57) olanların algıladıkları anne duygusal sıcaklığı dört ve üzeri kardeş (*Ort*.=2.61, *Ss*=.68) olanlara göre daha yüksektir.

Tek çocuk (*Ort*.=3.30, *Ss*=.32) olanların algıladıkları anne reddediciliği üç kardeş (*Ort*.=1.54, *Ss*=.42) ve dört ve üzeri kardeş (*Ort*.=1.70, *Ss*=.61) olanlara göre daha düşüktür. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 15'te özetlenmiştir.

Tablo 15. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Kardeş Değişkeni Açısından Kruskal Wallis Analiz Değerleri

Ölçekler	Kardeş Sayısı	*n*	*Ort*	*Ss*	Kruskal Wallis	
					X2	*p*
Baba Reddedicilik	1	50	1.29	.31	7.505	.057
	2	128	1.45	.47		
	3	48	1.51	.48		
	4	26	1.56	.53		
Baba Duygusal Sıcaklık	1	50	2.88	.70	4.978	.0173
	2	128	2.74	.65		
	3	48	2.66	.70		
	4 ve üzeri	26	2.56	.74		
Baba Aşırı Koruyuculuk	1	50	1.99	.59	2.130	.546
	2	128	2.10	.56		
	3	48	2.14	.65		
	4 ve üzeri	26	2.04	.54		
Anne Aşırı Koruyuculuk	1	50	2.19	.57	2.324	.508
	2	128	2.29	.61		
	3	48	2.34	.65		
	4 ve üzeri	26	2.43	.66		
Anne Duygusal Sıcaklık	1	50	3.20	.45	19.804	.00
	2	128	3.13	.57		
	3	48	2.89	.64		
	4 ve üzeri	26	2.61	.68		
Anne Reddecilik	1	50	1.30	.32	17.374	.001
	2	128	1.39	.42		
	3	48	1.54	.42		
	4 ve üzeri	26	1.70	.61		

4.1.3.6.Katılımcıların ölçek puanlarının anne eğitim düzeyine göre karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanlarının anne eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için eğitim düzeyi lise altı, lise ve lise üstü olarak üç kategoride toplanmıştır. Okuma yazma bilmeyen, ilkokul mezunu ve ortaokul mezunu kategorileri lise altı; lise mezunu kategorisi lise, üniversite, yüksek lisans ve doktora mezunu kategorisi lise üstü olarak girilmiştir. Verilerin analizi için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Anne eğitim düzeyi ile öz şefkat toplam puanı (F (2,251) =1.430, p>.05), aşırı özdeşleşme, (F (2,251) =.103, p>.05), öz yetersizlik (F (2,251) =.228, p >.05), paylaşımların bilincinde olma F (2,251)=.151, p >.05), öz sevecenlik (F (2,251)=.931, p >.05), ve bilinçlilik (F (2,251)=2.555, p >.05) alt boyutları anlamlı bir şekilde

farklılaşmazken izolasyon alt boyutu anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır (F (2,251)=3.33, *p* >.05). Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 16'da özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunu test etmek için yapılan Bonferroni Post Hoc testinin sonuçlarına göre anne eğitimi lise altı (Ort.=2.99, Ss=.93) olan katılımcıların izolasyon puanları lise (Ort.=2.65, Ss= .94) olanlardan anlamlı bir şekilde fazladır.

Tablo 16. Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri

N SS ve X Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	**Grup**	**n**	**Ort.**	**SS**	**Varyansların Karşılaştırılması**	**Kareler Toplamı**	**Sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**P**
Öz Şefkat Toplam	Lise altı	57	3.00	.59	Gruplar arası	1.180	2	.590	1.43	.241
	Lise	80	3.15	.66	Grup içi	102.674	249	.412		
	Lise üstü	115	3.18	.65	Toplam	103.853	251			
Aşırı Özdeşleşme	Lise altı	57	2.78	.98	Gruplar arası	.172	2	.086	.103	.902
	Lise	80	2.71	.86	Grup içi	206.604	249	.830		
	Lise üstü	115	2.72	.91	Toplam	206.776	251			
İzolasyon	Lise altı	57	2.99	.93	Gruplar arası	6.067	2	3.033	3.332	.037
	Lise	80	2.59	.94	Grup içi	226.698	249	.910		
	Lise üstü	115	2.64	.98	Toplam	232.765	251			
Öz Yeterlilik	Lise altı	57	2.50	.73	Gruplar arası	0,375	2	0,188	.228	.797
	Lise	80	2.50	.98	Grup içi	205,268	249	0,824		
	Lise üstü	115	2.54	.93	Toplam	205,643	251			
Paylaşımların Bilincinde Olma	Lise altı	57	2.88	.98	Gruplar arası	.280	2	.140	.151	.860
	Lise	80	2.90	.93	Grup içi	230.485	248	.926		
	Lise üstü	115	2.96	.98	Toplam	230.765	251			
Öz Sevecenlik	Lise altı	57	2.69	.81	Gruplar arası	1.409	2	.705	.931	.395
	Lise	80	2.82	.97	Grup içi	188.367	249	.756		
	Lise üstü	115	2.88	.83	Toplam	189.777	251			
Bilinçlilik	Lise altı	57	2.83	.77	Gruplar arası	3.694	2	1.847	2.555	.080
	Lise	80	2.97	.92	Grup içi	180.031	249	.723		
	Lise üstü	115	3.12	.84	Toplam	183.725	251			

Beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutlarından olumlu mantıksal kabullenme (F (2,251) =1.576, *p*>.05), kaçınma (F (2,251)=.699, *p* >.05) ve görünüşü düzeltme stratejisi (F (2,251)=.164, *p* >.05) anne eğitim düzeyi ile anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 17'de özetlenmiştir.

Tablo 17. Katılımcıların Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri

N SS ve X Değerleri					**ANOVA Sonuçları**					
Puan	**Grup**	**n**	**Ort.**	**SS**	**Varyansların Karşılaştırılması**	**Kareler Toplamı**	**Sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	***p***
Olumlu Mantıksal Kabullenme	Lise altı	57	2.57	.73	Gruplar arası	1.247	2	.623	1.576	.209
	Lise	80	2.76	.62	Grup içi	98.533	249	.396		
	Lise üstü	115	2.67	.58	Toplam	99.780	251			
Kaçınma	Lise altı	57	1.87	.59	Gruplar arası	.469	2	.086	.699	.498
	Lise	80	1.88	.60	Grup içi	83.441	249	.830		
	Lise üstü	115	1.96	.56	Toplam	83.910	251			
Görünüşü Düzeltme	Lise altı	57	2.65	.75	Gruplar arası	.152	2	3.033	.164	.849
	Lise	80	2.59	.72	Grup içi	115.570	249	.910		
	Lise üstü	115	2.62	.62	Toplam	115.722	251			

Algılanan ebeveyn tutumlarından baba reddedicilik (F (2,251) =3.17, *p* <.05), baba duygusal sıcaklık (F (2,251) =4.29, *p* <.05), anne aşırı korumacılık (F (2,251) =5.169, *p* <.05), anne duygusal sıcaklık (F (2,251) =7.052, *p* <.05) ve anne reddedicilik (F (2,251)

=5.034, p <.05) anne eğitim seviyesinden anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Baba aşırı korumacılık anne eğitim seviyesinden anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır (F (2,251) =2.627, p>.05). Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 18'de özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunu test etmek için yapılan Bonferroni Post Hoc testinin sonuçlarına göre anne eğitim düzeyi lise altı (Ort.=2.51, Ss= .71) olanların baba duygusal sıcaklığı anne eğitim seviyesi lise (Ort.=2.85, Ss= .63) olanlardan anlamlı bir şekilde düşüktür. Anne eğitim düzeyi lise altı (Ort.=2.79, Ss= .66) olanların anne duygusal sıcaklığı anne eğitim seviyesi lise (Ort.=3.09, Ss=.58) ve lise üstü (Ort.=3.14, Ss= .55) olanlardan anlamlı bir şekilde düşüktür. Anne eğitim düzeyi lise altı (Ort.= 1.60, Ss=.51) olanların anne reddediciliği anne eğitim seviyesi lise (Ort.= 1.40, Ss=.38) ve lise üstü (Ort.= 1.38, Ss=.43) olanlardan anlamlı bir şekilde yüksektir. Anne eğitim düzeyi lise altı (Ort.= 2.52, Ss=.62) olanların anne aşırı koruyuculuğu anne eğitim seviyesi lise (Ort.= 2.24, Ss=.63) ve lise üstü (Ort.= 2.22, Ss=.58) olanlardan anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 18. Katılımcıların Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri

N SS ve X Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	**Grup**	***n***	**Ort.**	**SS**	**Varyansların Karşılaştırılması**	**Kareler Toplamı**	**Sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	***p***
Baba Reddedicilik	Lise altı	57	1.57	.53	Gruplar arası	1.298	2	.649	3.17	.044
	Lise	80	1.40	.40	Grup içi	50.979	249	.205		
	Lise üstü	115	1.41	.44	Toplam	52.277	251			
Baba Duygusal Sıcaklık	Lise altı	57	2.51	.71	Gruplar arası	3.896	2	1.948	4.29	.015
	Lise	80	2.84	.63	Grup içi	113.060	249	.454		
	Lise üstü	115	2.77	.68	Toplam	116.956	251			
Baba Aşırı Korumacılık	Lise altı	57	2.23	.54	Gruplar arası	1.772	2	.886	2.627	.074
	Lise	80	2.05	.63	Grup içi	83.970	249	.337		
	Lise üstü	115	2.02	.56	Toplam	85.742	251			
Anne Aşırı Korumacılık	Lise altı	57	2.52	.62	Gruplar arası	3.779	2	1.889	5.169	.006
	Lise	80	2.24	.63	Grup içi	91.017	249	.366		
	Lise üstü	115	2.22	.58	Toplam	94.795	251			
Anne Duygusal Sıcaklık	Lise altı	57	2.79	.66	Gruplar arası	4.855	2	2.428	7.052	.001
	Lise	80	3.09	.58	Grup içi	85.721	248	.344		
	Lise üstü	115	3.14	.55	Toplam	90.576	251			
Anne Reddedicilik	Lise altı	57	1.59	.38	Gruplar arası	1.891	2	.945	5.034	.007
	Lise	80	1.40	.43	Grup içi	46.759	249	.188		
	Lise üstü	115	1.38	.44	Toplam	48.650	251			

4.1.3.7.Katılımcıların ölçek puanlarının baba eğitim düzeyine göre karşılaştırılması

Katılımcıların öz şefkat toplam puanı (F (2, 251) =2.983, *p*>.05), aşırı özdeşleşme (F(2, 251) = .291, *p* >.05), izolasyon (F(2,251)=2.051, *p* >.05), öz yeterlilik (F(2,251)=.892, *p* >.05), paylaşımların bilincinde olma (F(2,251)=2.768, *p* >.05) ve bilinçlilik (F(2,251)=2.539, *p* >.05) puanları baba eğitim durumuna göre farklılaşmamaktadır. Öz sevecenlik puanı baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir (F (2,251) =3.46, *p* <.05). Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 19'da özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunu test etmek için yapılan Bonferroni Post Hoc testinin sonuçlarına göre öz sevecenlik puanı ile baba eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır *(p>.05).*

Tablo 19. Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri

N SS ve X Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	**Grup**	***n***	**Ort.**	**SS**	**Varyansların Karşılaştırılması**	**Kareler Toplamı**	**Sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	***p***
Öz Şefkat Toplam	Lise altı	38	2.91	.59	Gruplar arası	2.430	2	1.215	2.983	.052
	Lise	88	3.21	.61	Grup içi	101.423	249	.407		
	Lise üstü	126	3.14	.67	Toplam	103.853	251			
Aşırı Özdeşleşme	Lise altı	38	2.83	.99	Gruplar arası	.482	2	.241	.291	.748
	Lise	88	2.73	.83	Grup içi	206.293	249	.828		
	Lise üstü	126	2.70	.94	Toplam	206.776	251			
İzolasyon	Lise altı	38	2.91	.94	Gruplar arası	3.772	2	1.886	2.051	.131
	Lise	88	2.56	.89	Grup içi	228.765	249	.920		
	Lise üstü	126	2.74	1.01	Toplam	232.765	251			
Öz Yeterlilik	Lise altı	38	2.69	.90	Gruplar arası	1.463	2	.732	.892	.411
	Lise	88	2.45	.84	Grup içi	204.180	249	.820		
	Lise üstü	126	2.56	.95	Toplam	205,643	251			
Paylaşımların Bilincinde Olma	Lise altı	38	2.64	.89	Gruplar arası	5.018	2	2.509	2.768	.065
	Lise	88	3.07	.96	Grup içi	225.746	248	.907		
	Lise üstü	126	2.90	.96	Toplam	230.765	251			
Öz Sevecenlik	Lise altı	38	2.50	.82	Gruplar arası	4.532	2	2.266	3.046	.049
	Lise	88	2.89	.84	Grup içi	185.244	249	.744		
	Lise üstü	126	2.86	.89	Toplam	189.777	251			
Bilinçlilik	Lise altı	38	2.73	.85	Gruplar arası	3.673	2	1.836	2.539	.081
	Lise	88	3.03	.84	Grup içi	180.053	249	.723		
	Lise üstü	126	3.08	.86	Toplam	183.725	251			

Olumlu mantıksal kabullenme stratejisi ile baba eğitim düzeyi anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır (F (2,251) =3.245, p <.05). Kaçınma (F (2,251) =.300, p>.05) ve görünüşü düzeltme (F (2,251) =.318, p >.05) stratejisi baba eğitim düzeyi ile anlamlı bir

şekilde farklılaşmamaktadır. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 20'de özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunu test etmek için yapılan Bonferroni Post Hoc testinin sonuçlarına göre baba eğitim düzeyi lise (Ort.= 2.74, Ss=.54) olanların olumlu mantıksal kabullenme stratejisi puanları baba eğitimi lise altı (Ort.= 2.44, Ss=.77) olanlardan anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 20. Katılımcıların Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri

	N SS ve X Değerleri				**ANOVA Sonuçları**					
Puan	**Grup**	***n***	**Ort.**	**SS**	**Varyansların Karşılaştırılması**	**Kareler Toplamı**	**Sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	***p***
Olumlu Mantıksal Kabullenme	Lise altı	38	2.44	.80	Gruplar arası	2.535	2	.1.267	3.245	.041
	Lise	88	2.74	.54	Grup içi	97.245	249	.391		
	Lise üstü	126	2.70	.63	Toplam	99.780	251			
Kaçınma	Lise altı	38	1.89	.59	Gruplar arası	.202	2	.101	.300	.741
	Lise	88	1.88	.57	Grup içi	83.708	249	.336		
	Lise üstü	126	1.94	.58	Toplam	83.910	251			
Görünüşü Düzeltme	Lise altı	38	2.55	.80	Gruplar arası	.295	2	.147	.318	.728
	Lise	88	2.60	.63	Grup içi	115.428	249	.464		
	Lise üstü	126	2.65	.67	Toplam	115.722	251			

Katılımcıların algıladıkları baba reddedicilik (F (2,251) =3.027, p =.05), anne aşırı korumacılık (F (2,251) =3.679, p <.05), anne duygusal sıcaklık (F (2,251) =71.43, p <.05) ve anne reddedicilik (F(2,251) =5.418, p >.05) ile baba eğitim düzeyi anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Baba duygusal sıcaklık (F (2,251) =1.332, p >.05) ile baba aşırı korumacılık (F(2,251) =.450, p >.05) baba eğitim düzeyi ile anlamlı farklılaşmamaktadır. Yapılan analizde elde edilen sonuçlar Tablo 21'de özetlenmiştir.

Gruplar arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunu test etmek için yapılan Bonferroni Post Hoc testinin sonuçlarına göre baba eğitim düzeyi ile baba reddedicilik puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır *(p>.05)*.

Baba eğitim düzeyi lise altı (Ort.= 2.54, Ss=.68) olanların anne aşırı korumacılık puanları baba eğitim düzeyi lise (Ort.= 2.22, Ss=.59) olanlardan anlamlı bir şekilde yüksektir. Baba eğitim düzeyi lise altı (Ort.= 2.76, Ss=.55) olanların anne duygusal sıcaklık puanları baba eğitim düzeyi lise (Ort.= 3.11, Ss=.60) ve lise üstü (Ort.= 3.08, Ss=.60) olanlardan anlamlı bir şekilde düşüktür. Son olarak da baba eğitim düzeyi lise altı (Ort.= 1.62, Ss=.57) olanların anne reddedicilik puanları baba eğitim düzeyi lise (Ort.= 1.34, Ss=.36) olanlardan anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 21. Katılımcıların Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Açısından Tek Yönlü ANOVA Analizi Değerleri

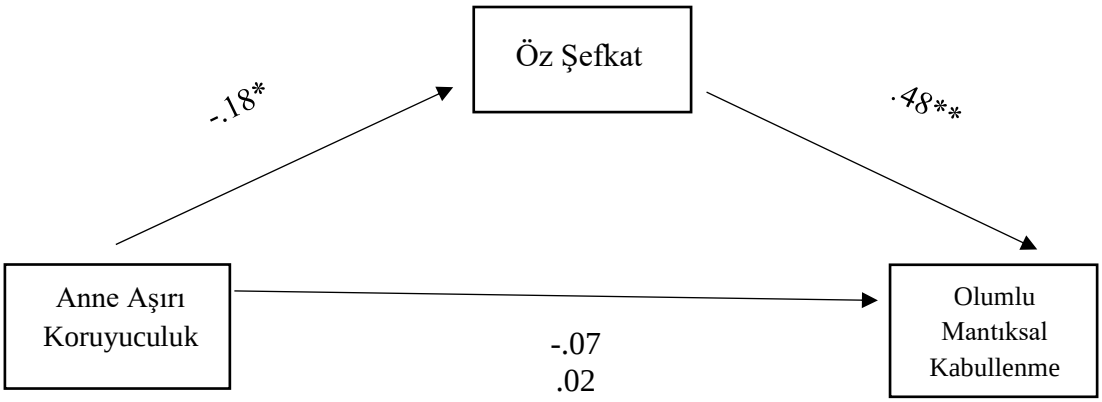
N SS ve X Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	**Grup**	**n**	**Ort.**	**SS**	**Varyansların Karşılaştırılması**	**Kareler Toplamı**	**Sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**P**
Baba Reddedicilik	Lise altı	38	1.57	.57	Gruplar arası	1.241	2	.621	3.027	.050
	Lise	88	1.36	.39	Grup içi	51.036	249	.205		
	Lise üstü	126	1.45	.45	Toplam	52.277	251			
Baba Duygusal Sıcaklık	Lise altı	38	2.59	.61	Gruplar arası	1.238	2	.619	1.332	.266
	Lise	88	2.80	.71	Grup içi	115.718	249	.465		
	Lise üstü	126	2.74	.68	Toplam	116.956	251			
Baba Aşırı Korumacılık	Lise altı	38	2.16	.61	Gruplar arası	.309	2	.154	.450	.638
	Lise	88	2.05	.61	Grup içi	85.433	249	.343		
	Lise üstü	126	2.07	.56	Toplam	85.742	251			
Anne Aşırı Korumacılık	Lise altı	38	2.54	.68	Gruplar arası	2.721	2	1.360	3.679	.027
	Lise	88	2.22	.59	Grup içi	92.074	249	.370		
	Lise üstü	126	2.27	.60	Toplam	94.795	251			
Anne Duygusal Sıcaklık	Lise altı	38	2.76	.55	Gruplar arası	3.593	2	1.797	7.143	.006
	Lise	88	3.11	.60	Grup içi	86.983	248	.349		
	Lise üstü	126	3.08	.60	Toplam	90.576	251			
Anne Reddedicilik	Lise altı	38	1.62	.57	Gruplar arası	2.029	2	1.014	5.418	.005
	Lise	88	1.34	.36	Grup içi	46.621	249	.187		
	Lise üstü	126	1.44	.43	Toplam	48.650	251			

4.1.4. Aracı analizi bulguları

Çalışmanın bu bölümünde öz şefkatin aracı rolünün incelenmesine ilişkin analiz sonuçları ele alınacaktır.

Öz şefkat toplam puanının, algılanan ebeveyn tutumları alt boyutları ve beden imgesi baş etme stratejileri alt boyut puanları arasındaki aracı rolünü incelemek için Jamovi programında GLM Mediation Model analizi kullanılmıştır. Analiz Bootstrapping yöntemiyle, orijinal veriden yeniden elde edilen 5000 yeni örnekleme dayalı %95 güven aralıklarının değerlendirilmesiyle incelenmiştir.

4.1.4.1. Anne aşırı koruyuculuk puanları ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolüne ilişkin aracılık analizi sonuçları

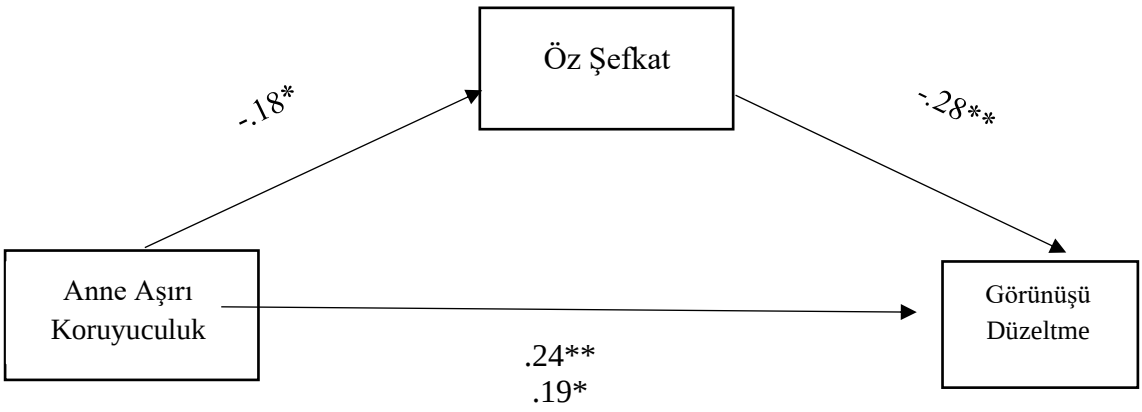


Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 1. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 1 ve Tablo 22) anne aşırı koruyuculuk puanının olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır (*ß* =-.07, SE = .04, *p*> .05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne aşırı koruyuculuğun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır (ß = .02, SE = .04, *p*> .05). Nihai olarak anne aşırı koruyuculuk alt

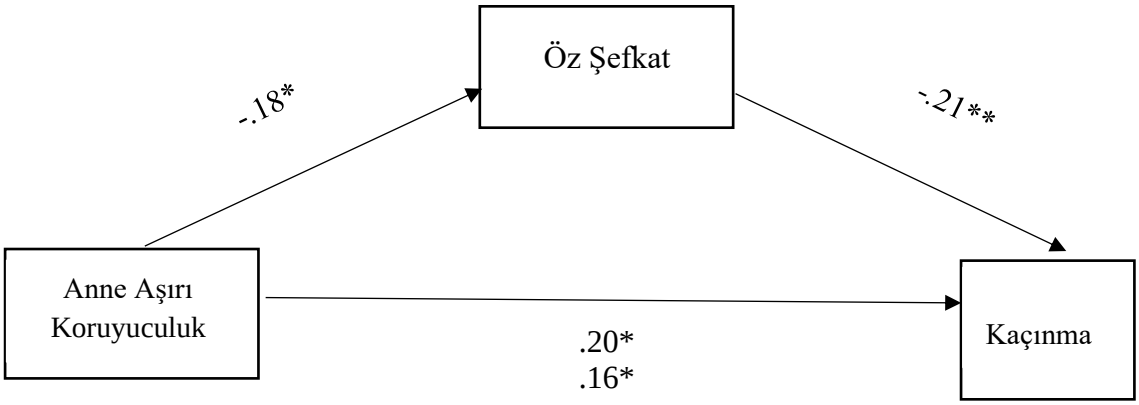
boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = -.09, p < .02, CI = [-.09 - -.02]). Bu sonuçlara göre, anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutu üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 2. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 2 ve Tablo 22) anne aşırı koruyuculuk puanının görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur ($ß$ = .24, SE = .07, p < .001). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne aşırı koruyuculuk görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur (ß = .19, SE = .07, p < .05). Nihai olarak anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .05, p < .001, CI = [.01 - .10]). Bu sonuçlara göre, anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 3. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

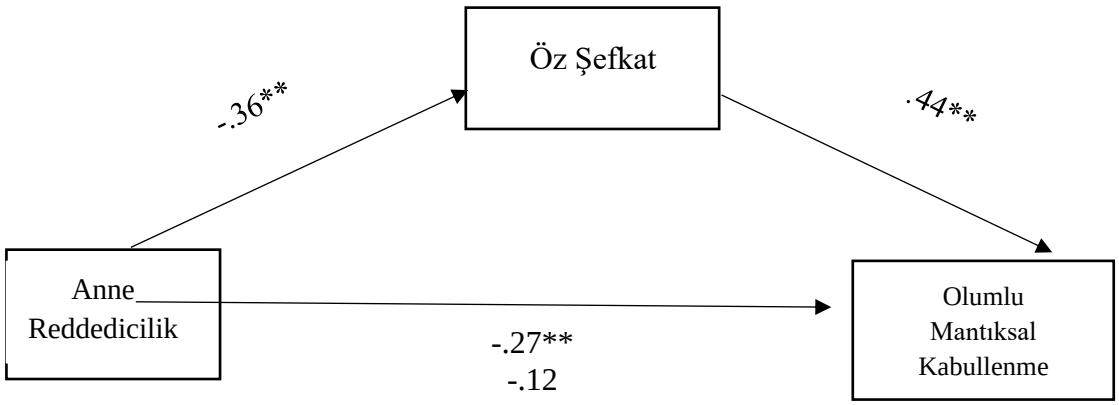
Anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 3 ve Tablo 22) anne aşırı koruyuculuk puanının kaçınma stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .20, SE = .04, *p* <.05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne aşırı koruyuculuk kaçınma stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur (ß = .16, SE = .04, *p* <.05). Nihai olarak anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .04, *p* <.05, CI = [.00 - .04]). Bu sonuçlara göre, anne aşırı koruyuculuk alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumlarından anne aşırı koruyuculuk alt boyutu ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü arasında yapılan aracılık analizleri Tablo 22'de verilmiştir.

Tablo 22. Anne Aşırı Koruyuculuk ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü

Öz Şefkat					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Anne Aşırı Koruyuculuk	-.18	.04	-2.94	-.19	-.04
Olumlu Mantıksal Kabullenme					
Öz Şefkat	.48	.05	8.48	.37	.57
Anne Aşırı Koruyuculuk (Toplam Etki)	-.07	.04	-1.13	-.12	.03
	Etki	**SE**		***%95 Güven Aralığı***	
Anne Aşırı Koruyuculuk (Doğrudan Etki)	.02	-.04		-.07	.09
Anne Aşırı Koruyuculuk (Dolaylı Etki)	-.09	.02		-.09	-.02
Görünüşü Düzeltme					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.18	.06	-2.95	-.31	-.07
Anne Aşırı Koruyuculuk (Toplam Etki)	.24	.07	3.93	.13	.40
	Etki	**SE**			
Anne Aşırı Koruyuculuk (Doğrudan Etki)	.19	.07		.07	.34
Anne Aşırı Koruyuculuk (Dolaylı Etki)	.05	.02		.01	.10
Kaçınma					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.22	.05	-3.52	-.30	-.09
Anne Aşırı Koruyuculuk (Toplam Etki)	.20	.04	3.17	.04	.18
	Etki	**SE**			
Anne Aşırı Koruyuculuk (Doğrudan Etki)	.16	.04		.02	.16
Anne Aşırı Koruyuculuk (Dolaylı Etki)	.04	.01		.00	.04

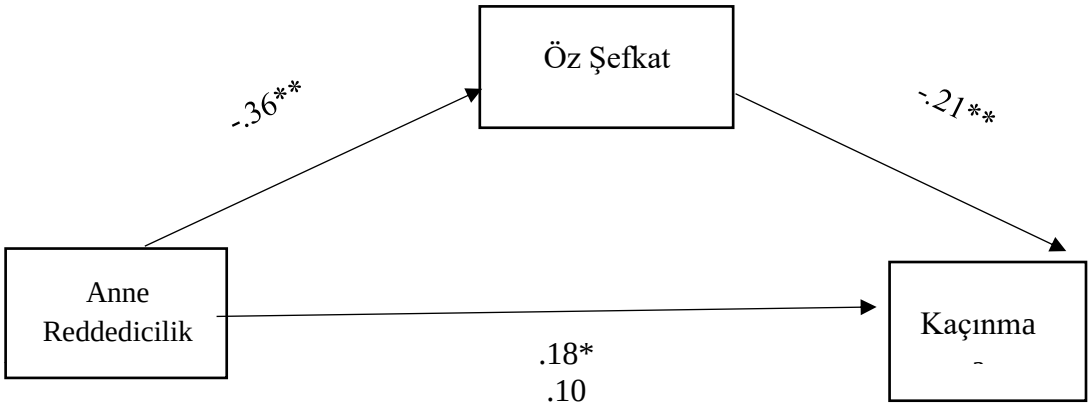
4.1.4.2. Anne Reddedicilik Puanları ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracı Rolüne İlişkin Aracılık Analizi Sonuçları



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 4. Anne Reddedicilik ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

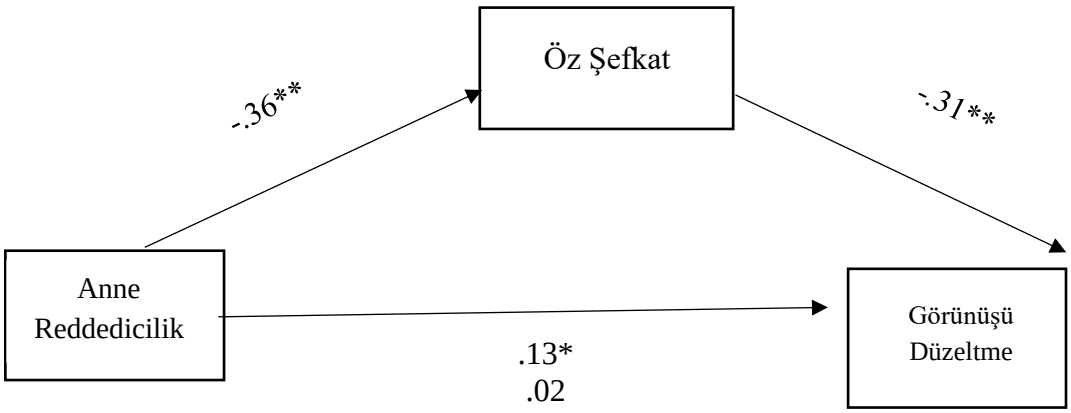
Anne reddedicilik alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 4 ve Tablo 23) anne reddedicilik puanının olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* =-.27, SE = .04, *p* <.001). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne reddediciliğin olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß =-.12, SE = .05, *p*> .05). Nihai olarak ebeveyn tutumlarının beden imgesi baş etme stratejilerine dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß =-.16, *p* < .001, CI = [-.13 - -.06]). Bu sonuçlara göre, ebeveyn tutumlarının beden imgesi baş etme stratejileri üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 5. Anne Reddedicilik ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Anne reddedicilik alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 5 ve Tablo 23) anne reddedicilik puanının kaçınma stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .18, SE = .04, $p < .05$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne reddediciliğin kaçınma stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .10, SE = .04, $p > .05$). Nihai olarak anne reddedicilik alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .07, $p < .05$, CI = [.01 - .07]). Bu sonuçlara göre, anne reddedicilik alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 6. Anne Reddedicilik ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

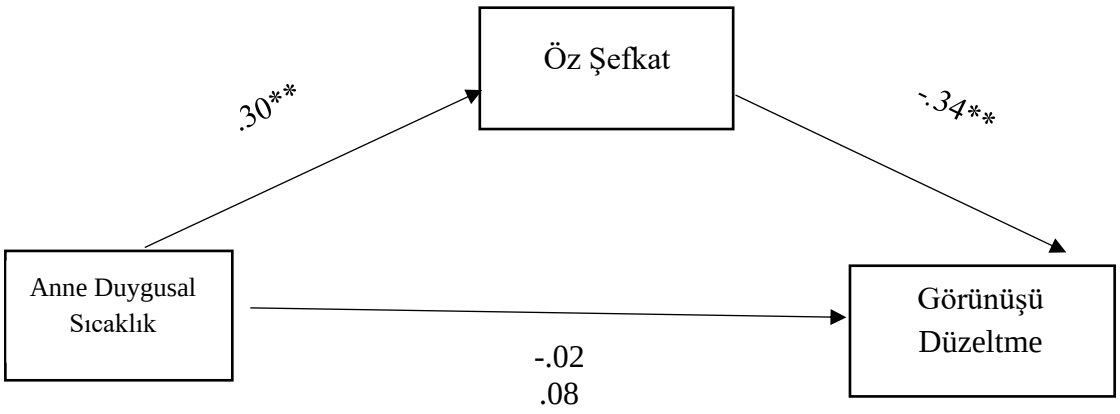
Anne reddedicilik alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 6 ve Tablo 23) anne reddedicilik puanının görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .13, SE = .04, *p* < .05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne reddediciliğin görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .02, SE = .05, *p* > .05). Nihai olarak anne reddedicilik alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .11, *p* < .001, CI = [.04 - .11]). Bu sonuçlara göre, anne reddedicilik alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumlarından anne reddedicilik alt boyutu ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü arasında yapılan aracılık analizleri Tablo 23'te verilmiştir.

Tablo 23. Anne Reddedicilik ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü

Öz Şefkat					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Anne Reddedicilik	-.36	.03	-6.06	-.29	-.17
Olumlu Mantıksal Kabullenme					
Öz Şefkat	.44	.06	7.35	.32	.54
Anne Reddedicilik (Toplam Etki)	-.27	.04	-4.5	-.25	-.10
	Etki	***SE***		***%95 Güven Aralığı***	
Anne Reddedicilik (Doğrudan Etki)	-.12	.05		-.16	.02
Anne Reddedicilik (Dolaylı Etki)	-.16	.02		-.13	-.06
Görünüşü Düzeltme					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***T***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.31	.06	-4.82	-.45	-.2
Anne Reddedicilik (Toplam Etki)	.13	.04	2.08	.01	.17
	Etki	**SE**			
Anne Reddedicilik (Doğrudan Etki)	.02	.05		-.08	.11
Anne Reddedicilik (Dolaylı Etki)	.11	.02		.04	.11
Kaçınma					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.21	.05	-3.18	-.29	-.08
Anne Reddedicilik (Toplam Etki)	.18	.04	2.88	.03	.18
	Etki	**SE**			
Anne Reddedicilik (Doğrudan Etki)	.10	.04		-.02	.14
Anne Reddedicilik (Dolaylı Etki)	.07	.01		.01	.07

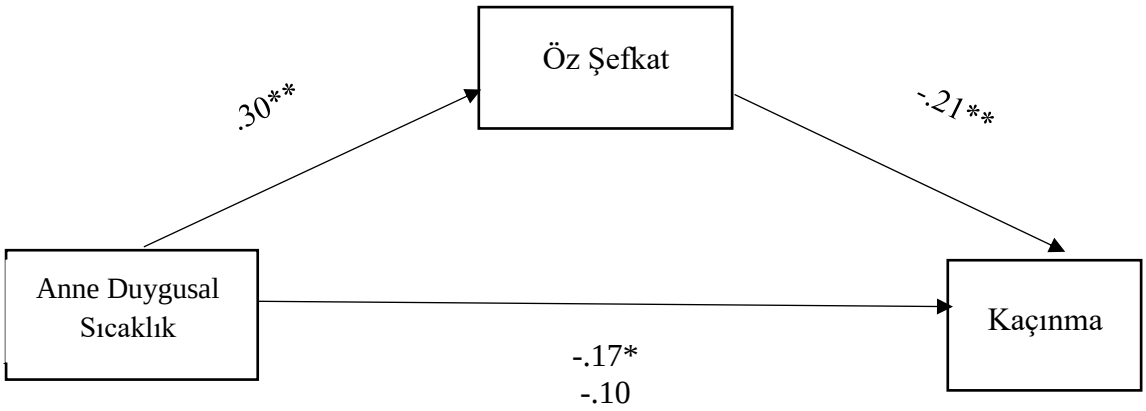
4.1.4.3. Anne duygusal sıcaklık puanları ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolüne ilişkin aracılık analizi sonuçları



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 7. Anne Duygusal Sıcaklık ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

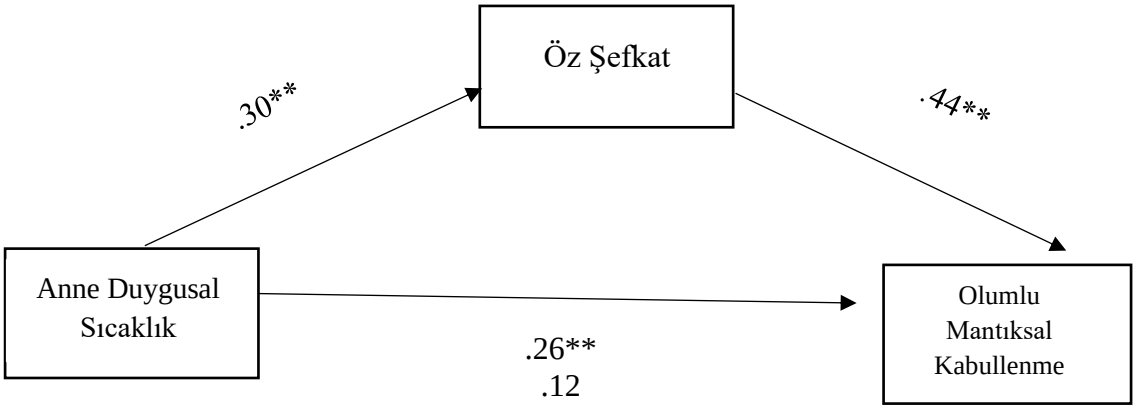
Anne duygusal sıcaklık alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 7 ve Tablo 24) anne duygusal sıcaklık puanının görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır (*ß* = -.02, SE = .04, *p* > .05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne duygusal sıcaklık görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır (ß = .08, SE = .05, *p* > .05). Nihai olarak anne duygusal sıcaklık alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = -.10, *p* < .001, CI = [-.11 - -.04]). Bu sonuçlara göre, anne duygusal sıcaklık alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 8. Anne Duygusal Sıcaklık ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Anne duygusal sıcaklık alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 8 ve Tablo 24) anne duygusal sıcaklık puanının kaçınma stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = -.17, SE = .06, $p < .05$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne duygusal sıcaklık kaçınma stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = -.10, SE = .07, $p > .05$). Nihai olarak anne duygusal sıcaklık alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = -.07, $p < .05$, CI = [-.10 - -.02]). Bu sonuçlara göre, anne duygusal sıcaklık alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 9. Anne Duygusal Sıcaklık ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

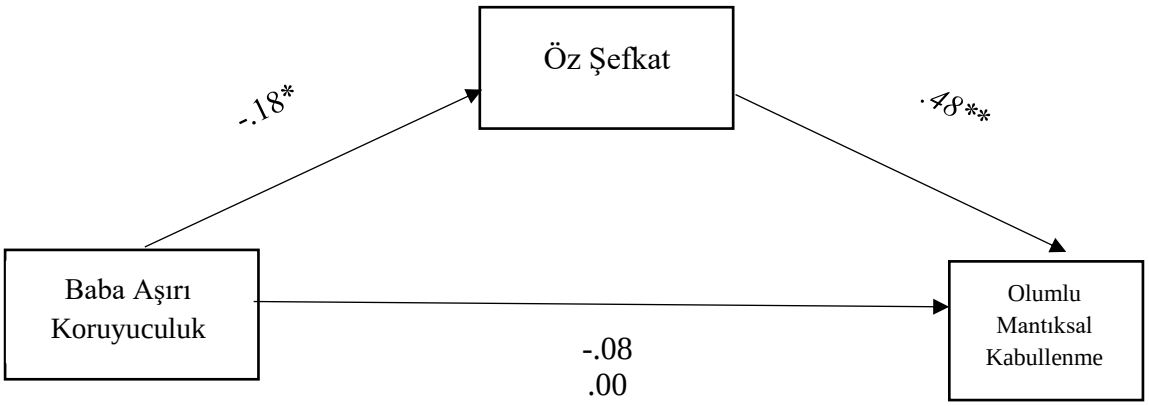
Anne duygusal sıcaklık alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 9 ve Tablo 24) anne duygusal sıcaklık puanının olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .26, SE = .04, $p < .001$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde anne duygusal sıcaklık olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .12, SE = .04, $p > .05$). Nihai olarak anne duygusal sıcaklık alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .13, $p < .001$, CI = [.05 - .12]). Bu sonuçlara göre, anne duygusal sıcaklık alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumlarından anne aşırı duygusal sıcaklık alt boyutu ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü arasında yapılan aracılık analizleri Tablo 24'te verilmiştir.

Tablo 24. Anne Duygusal Sıcaklık ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü

Öz Şefkat					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Anne Duygusal Sıcaklık	.3	.03	5.04	.13	.26
Olumlu Mantıksal Kabullenme					
Öz Şefkat	.44	.54	7.59	.33	.54
Anne Duygusal Sıcaklık (Toplam Etki)	.26	.04	4.19	.09	.24
	Etki	***SE***		***%95 Güven Aralığı***	
Anne Duygusal Sıcaklık (Doğrudan Etki)	.12	.04		.00	.16
Anne Duygusal Sıcaklık (Dolaylı Etki)	.13	.02		.05	.13
Görünüşü Düzeltme					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.34	.06	-5.45	-.48	-.25
Anne Duygusal Sıcaklık (Toplam Etki)	-.02	.04	-.31	-.10	.07
	Etki	**SE**			
Anne Duygusal Sıcaklık (Doğrudan Etki)	.08	.05		-.04	.16
Anne Duygusal Sıcaklık (Dolaylı Etki)	-.10	.02		-.11	-.03
Kaçınma					
Yordayıcı	***B***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.21	.06	-3.35	-.3	-.08
Anne Duygusal Sıcaklık (Toplam Etki)	-.17	.06	-2.68	-.28	-.04
	Etki	**SE**			
Anne Duygusal Sıcaklık (Doğrudan Etki)	-.10	.07		-.22	.03
Anne Duygusal Sıcaklık (Dolaylı Etki)	-.07	.02		-.1	-.02

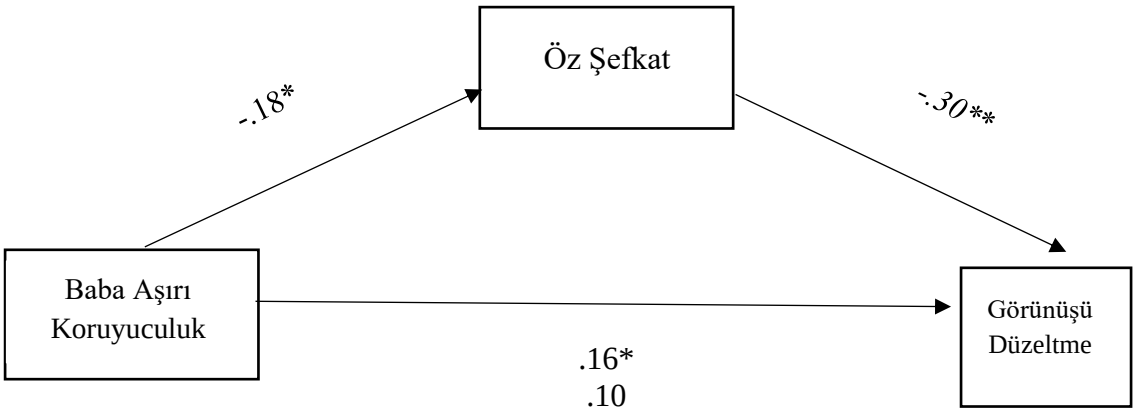
4.1.4.4. Baba aşırı koruyuculuk puanları ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolüne ilişkin aracılık analizi sonuçları



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 10. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

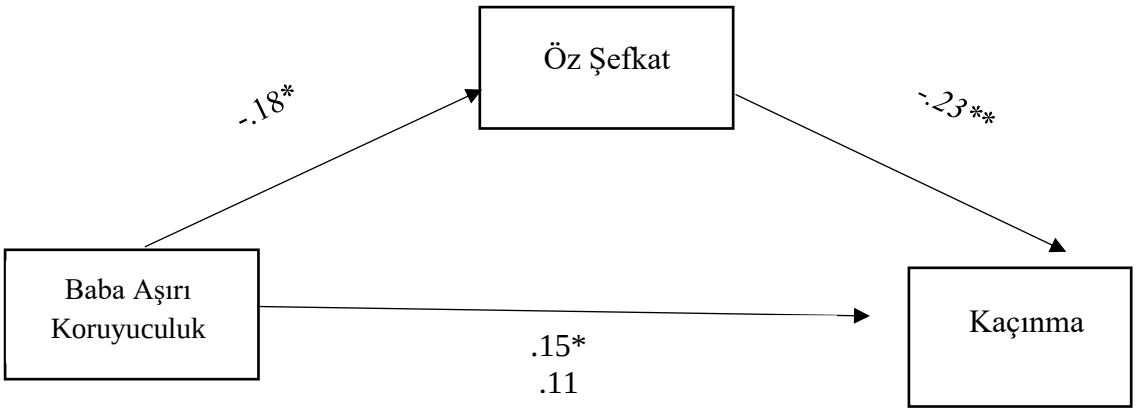
Baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 10 ve Tablo 25) baba aşırı koruyuculuk puanının olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır (*ß* = -.08, SE = .04, *p* > .05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba aşırı koruyuculuk olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .00, SE = .04, *p* > .05). Nihai olarak baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = -.09, *p* < .02, CI = [-.09 - -.02]). Bu sonuçlara göre, baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 11. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 11 ve Tablo 25) baba aşırı koruyuculuk puanının görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .16, SE = .04, $p < .05$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba aşırı koruyuculuk görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .10, SE = .04, $p > .05$). Nihai olarak baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun görünüşü düzeltme alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = 05, $p < .05$, CI = [.00 - .07]). Bu sonuçlara göre, baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 12. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

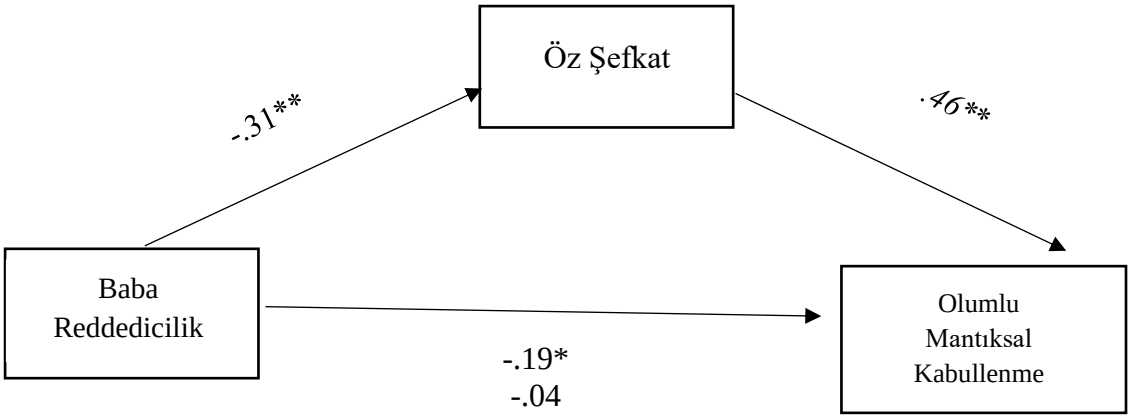
Baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 12 ve Tablo 25) baba aşırı koruyuculuk puanının kaçınma stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .15, SE = .04, $p < .05$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba aşırı koruyuculuk kaçınma stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .11, SE = .04, $p > .05$). Nihai olarak baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun kaçınma alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .04, $p < .05$, CI = [.00 - .05]). Bu sonuçlara göre, baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumlarından baba aşırı koruyuculuk alt boyutu ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü arasında yapılan aracılık analizleri Tablo 25'te verilmiştir.

Tablo 25. Baba Aşırı Koruyuculuk ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü

Öz Şefkat					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Baba Aşırı Koruyuculuk	-0.18	0.04	-2.94	-.2	-.04
Olumlu Mantıksal Kabullenme					
Öz Şefkat	.48	0.05	8.43	.36	.57
Baba Aşırı Koruyuculuk (Toplam Etki)	-.08	0.04	-1.34	-.13	.02
	Etki	**SE**		***%95 Güven Aralığı***	
Baba Aşırı Koruyuculuk (Doğrudan Etki)	0	.04		-.07	.08
Baba Aşırı Koruyuculuk (Dolaylı Etki)	-.09	.02		-.09	-.02
Görünüşü Düzeltme					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***T***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.3	.06	-4.90	-.43	-.2
Baba Aşırı Koruyuculuk (Toplam Etki)	.16	.07	2.54	.04	.33
	Etki	**SE**			
Baba Aşırı Koruyuculuk (Doğrudan Etki)	.10	.07		-.02	.26
Baba Aşırı Koruyuculuk (Dolaylı Etki)	.05	.03		.01	.11
Kaçınma					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.23	.05	-3.64	-.31	-.1
Baba Aşırı Koruyuculuk (Toplam Etki)	.15	.04	2.39	.02	.16
	Etki	**SE**			
Baba Aşırı Koruyuculuk (Doğrudan Etki)	.11	.04		-.001	.14
Baba Aşırı Koruyuculuk (Dolaylı Etki)	.04	.01		.00	.05

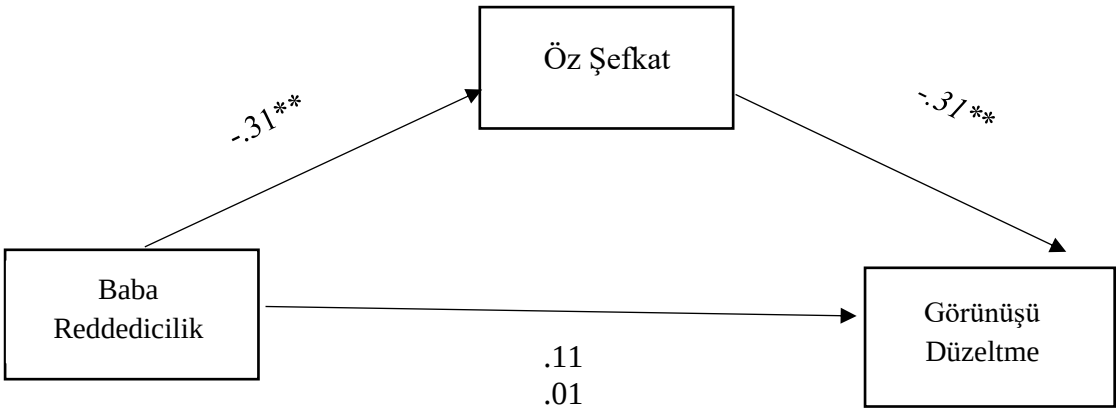
4.1.4.5. Baba reddedicilik puanları ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolüne ilişkin aracılık analizi sonuçları



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 13. Baba Reddedicilik ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

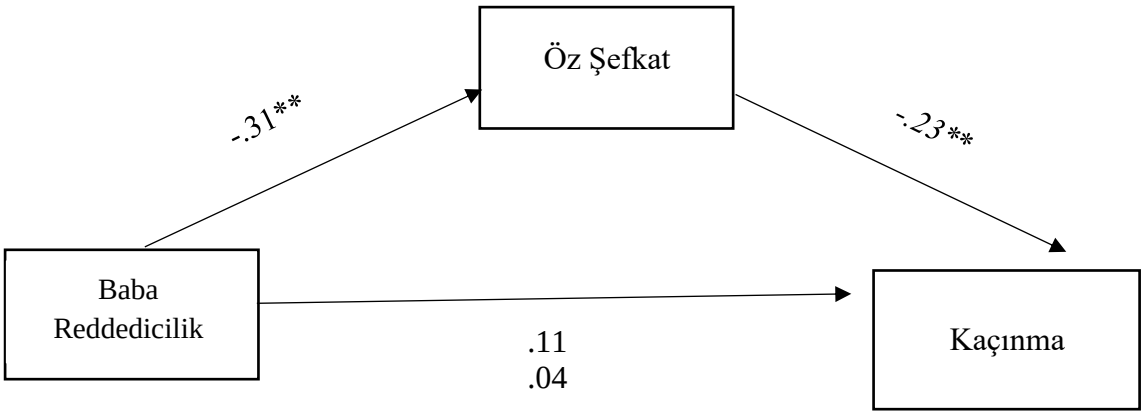
Baba reddedicilik alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 13 ve Tablo 26) baba reddedicilik puanının olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = -.19, SE = .09, $p < .05$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba reddedicilik olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = -.04, SE = .10, $p > .05$). Nihai olarak baba reddedicilik alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = -.15, $p < .001$, CI = [-.28 - -.12]). Bu sonuçlara göre, baba reddedicilik alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 14. Baba Reddedicilik ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Baba reddedicilik alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 14 ve Tablo 26) baba reddedicilik puanının görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır (ß = .11, SE = .04, *p* >.05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba reddediciliğin görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .01, SE = .05, *p*> .05). Nihai olarak baba reddedicilik alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .10, *p* < .001, CI = [.03 - .10]). Bu sonuçlara göre, baba reddedicilik alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 15. Baba Reddedicilik ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

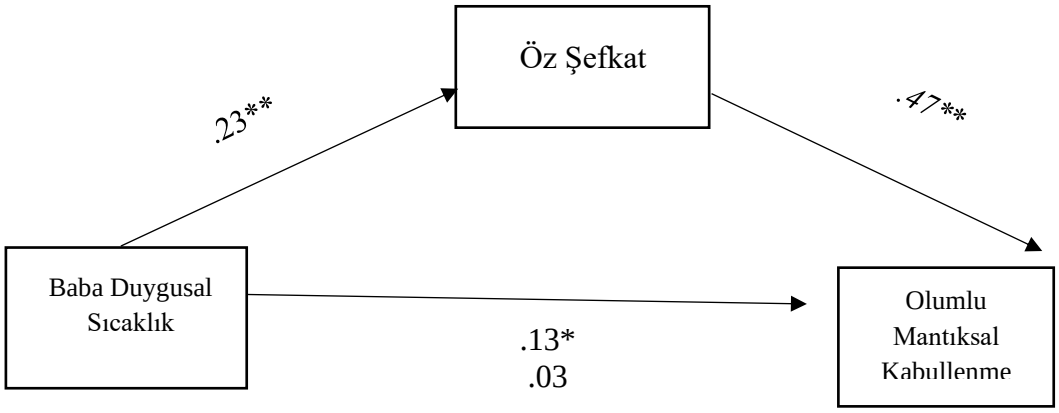
Baba reddedicilik alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 15 ve Tablo 26) baba reddedicilik puanının kaçınma stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır (*ß* = .11, SE = .04, *p*> .05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba reddediciliğin kaçınma stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .04, SE = .04, *p* > .05). Nihai olarak baba reddedicilik alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = .07, *p* < .05, CI = [.01 - .7]). Bu sonuçlara göre, baba reddedicilik alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumlarından baba reddedicilik alt boyutu ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü arasında yapılan aracılık analizleri Tablo 26'da verilmiştir.

Tablo 26. Baba Reddedicilik ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü

Öz Şefkat					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Baba Reddedicilik	-.31	.08	-5.24	-.60	-.29
Olumlu Mantıksal Kabullenme					
Öz Şefkat	.46	.05	7.91	.35	.56
Baba Reddedicilik (Toplam Etki)	-.19	.09	-3.06	-.43	-.09
	Etki	**SE**		***%95 Güven Aralığı***	
Baba Reddedicilik (Doğrudan Etki)	-.04	.10		-.25	.13
Baba Reddedicilik (Dolaylı Etki)	-.15	.04		-.28	-.12
Görünüşü Düzeltme					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.31	.06	-4.96	-.45	-.21
Baba Reddedicilik (Toplam Etki)	.11	.04	1.74	-.01	.16
	Etki	**SE**			
Baba Reddedicilik (Doğrudan Etki)	.01	.05		-.09	.11
Baba Reddedicilik (Dolaylı Etki)	.10	.02		.03	.10
Kaçınma					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.23	.06		-.32	-.1-
Baba Reddedicilik (Toplam Etki)	.11	.04		-.01	.14
	Etki	**SE**			
Baba Reddedicilik (Doğrudan Etki)	.04	.04		-.05	.10
Baba Reddedicilik (Dolaylı Etki)	.07	.01		.01	.07

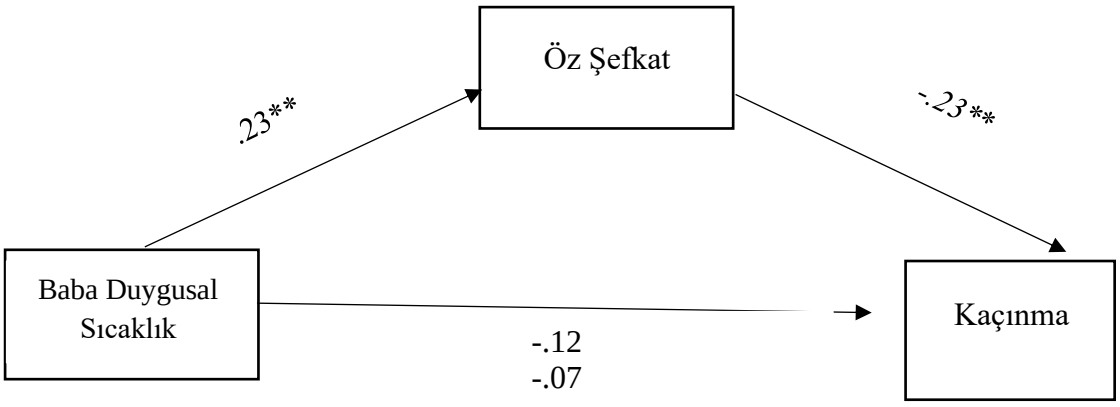
4.1.4.6. Baba duygusal sıcaklık puanları ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolüne ilişkin aracılık analizi sonuçları



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 16. Baba Duygusal Sıcaklık ile Olumlu Mantıksal Kabullenme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

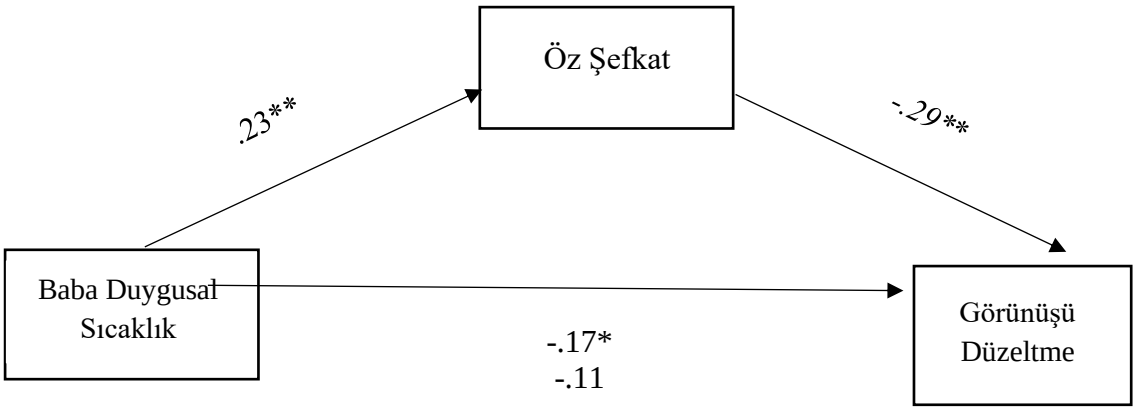
Baba duygusal sıcaklık alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 16 ve Tablo 27) baba duygusal sıcaklık puanının olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = .13, SE = .06, *p* <.05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba duygusal sıcaklık olumlu mantıksal kabullenme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß = .03, SE = .05, *p*> .05). Nihai olarak baba duygusal sıcaklık alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur (ß = .11, *p* <.001, CI = [.05 - .15]). Bu sonuçlara göre, baba duygusal sıcaklık alt boyutunun olumlu mantıksal kabullenme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 17. Baba Duygusal Sıcaklık ile Kaçınma Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Baba duygusal sıcaklık alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 17 ve Tablo 27) baba duygusal sıcaklık puanının kaçınma üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır (*ß* =-.12, SE = .04, *p*> .05). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba duygusal sıcaklık olumlu kaçınma stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß =-.07, SE = .04, *p* > .05). Nihai olarak baba duygusal sıcaklık alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß = -.05, *p* < .05, CI = [-.05 - 0.01]). Bu sonuçlara göre, baba duygusal sıcaklık alt boyutunun kaçınma stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.



Not: Şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir. * p<.05, **p<.001

Şekil 18. Baba Duygusal Sıcaklık ile Görünüşü Düzeltme Stratejisi Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Etkisine Yönelik Aracılık Analizi

Baba duygusal sıcaklık alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna olan etkisinde öz şefkatin aracı rolünü test etmek için aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara göre (Şema 18 ve Tablo 27) baba duygusal sıcaklık puanının görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (*ß* = -.17, SE = .04, $p < .05$). Öz şefkatin aracı rolü dahil edildiğinde baba duygusal sıcaklık olumlu görünüşü düzeltme stratejisi üzerindeki etkisi anlamlı bulunamamıştır (ß =-.11, SE = .04, $p > .05$). Nihai olarak baba duygusal sıcaklık alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur (ß =-.07, $p < .05$, CI = [-.08 - -.02]). Bu sonuçlara göre, baba duygusal sıcaklık alt boyutunun görünüşü düzeltme stratejisi alt boyutuna üzerindeki etkisinde öz şefkatin aracı rolü anlamlı olarak bulgulanmıştır.

Algılanan ebeveyn tutumlarından baba duygusal sıcaklık alt boyutu ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü arasında yapılan aracılık analizleri Tablo 27'de verilmiştir.

Tablo 27. Baba Duygusal Sıcaklık ile Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracılık Rolü

Öz Şefkat					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Baba Duygusal Sıcaklık	.23	.05	3.71	.11	.32
Olumlu Mantıksal Kabullenme					
Öz Şefkat	.47	.05	8.25	.36	.57
Baba Duygusal Sıcaklık (Toplam Etki)	.13	.06	2.12	.01	.24
	Etki	**SE**		***%95 Güven Aralığı***	
Baba Duygusal Sıcaklık (Doğrudan Etki)	.03	.05		-.08	.13
Baba Duygusal Sıcaklık (Dolaylı Etki)	.11	.03		.05	.15
Görünüşü Düzeltme					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.29	.06	-4.77	-.43	-.19
Baba Duygusal Sıcaklık (Toplam Etki)	-.17	.04	-2.77	-.20	-.03
	Etki	**SE**			
Baba Duygusal Sıcaklık (Doğrudan Etki)	-.11	.04		-.15	.01
Baba Duygusal Sıcaklık (Dolaylı Etki)	-.07	.02		-.08	-.02
Kaçınma					
Yordayıcı	***β***	***SE***	***t***	***%95 Güven Aralığı***	
Öz Şefkat	-.23	.06	-3.66	-.32	-.10
B. Duygusal Sıcaklık (Toplam Etki)	-.12	.04	-1.90	-.14	.00
	Etki	**SE**			
A. Duygusal Sıcaklık (Doğrudan Etki)	-.07	.04		-.11	.03
A. Duygusal Sıcaklık (Dolaylı Etki)	-.05	.01		-.05	-.01

4.2. Tartışma

Bu çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki İstanbul'da yaşayan üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları, beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat arasındaki ilişkiye, algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolüne ve bu değişkenlerin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu bölümde çalışmanın bulguları tartışılmıştır.

4.2.1. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilere yönelik bulguların tartışılması

4.2.1.1. Algılanan ebeveyn tutumları ve beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin tartışılması

Değişkenler arasındaki korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında araştırmanın değişkenlerinin çoğunun birbiri ile ilişkili olduğu görülmektedir. İlk olarak, anne ve baba aşırı koruyuculuğu ile görünüşü düzeltme ve kaçınma stratejileri arasında pozitif, olumlu mantıksal kabullenme stratejisi arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin anne ve baba aşırı koruyuculuğu arttıkça beden imgeleri ile baş etmek için başvurdukları görünüşü düzeltme ve kaçınma stratejisi artmakta ve olumlu mantıksal kabullenme stratejisi azalmaktadır.

Algılanan anne ve baba reddediciliği ile görünüşü düzeltme ve kaçınma stratejileri arasında pozitif, olumlu mantıksal kabullenme stratejisi arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin anne ve baba reddediciliği arttıkça beden imgeleri ile baş etmek için başvurdukları görünüşü düzeltme ve kaçınma stratejisi artmakta ve olumlu mantıksal kabullenme stratejisi azalmaktadır.

Anne duygusal sıcaklığı ile görünüşü düzeltme arasında bir ilişki bulunamamakla birlikte kaçınma ve olumlu mantıksal kabullenme arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anne duygusal sıcaklığı arttıkça olumlu mantıksal kabullenme stratejisi de artmakta, kaçınma stratejisi azalmaktadır. Baba duygusal sıcaklık ile kaçınma stratejisi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamakla birlikte görünüşü düzeltme ve olumlu mantıksal kabullenme arasında bir ilişki bulunmuştur. Bireylerde baba duygusal sıcaklığı arttıkça olumlu mantıksal kabullenme stratejisi artmakta ve görünüşü düzeltme stratejisi azalmaktadır.

Ebeveyn duygusal sıcaklığı çocukların kendileri olmalarına izin veren, onları olduğu gibi kabul edip destekleyen bir boyuttur (Baumrind, 1991). Bu yönüyle bakıldığında kişinin kendi deneyimlerini kabul etmesini ve rasyonel öz konuşma yoluyla olumsuz beden imgesiyle başa çıkma stratejisi olan olumlu mantıksal kabullenme (Smith-Jackson ve ark., 2011) ile ebeveyn duygusal sıcaklığının birbirleriyle ilişki içinde olduğu görülmektedir.

Elde edilen veriler literatür taramasında karşılaşılan bulgular ile kısmen örtüşmektedir. Örneğin, Büyükmumcu (2019) araştırmasında anne ve baba duygusal sıcaklığı ve anne ve baba reddedicilik ile beden imgesinin anlamlı; anne ve baba aşırı koruyuculuk ile beden imgesi arasında anlamlı olmayan bir ilişki bulunmuştur. Araştırma değişkenleri arasındaki en yüksek korelasyon anne duygusal sıcaklığında görülmüştür. Aynı şekilde Dokuyan'ın (2016) yürüttüğü çalışma bulgularında anne duygusal sıcaklığı ile beden imgesi diğer ebeveyn tutumlarına göre en yüksek ilişkiyi göstermiştir. Bulgular, algılanan anne sıcaklığı arttıkça bireylerdeki olumlu beden imgesinin arttığını bulgulayan Cheng (2006) çalışmasıyla benzerlik göstermektedir. Başka bir çalışmada da sadece olumlu mantıksal kabullenme stratejisinin ebeveyn tutumuna göre farklılaştığı görülmüştür. Buna göre ebeveyn tutumlarını daha demokratik algılayan bireylerin olumlu mantıksal kabullenme stratejisine yönelme ihtimalleri daha fazladır (Sünbül, 2021). Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile beden takdiri arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir çalışmada da anne ve baba duygusal sıcaklığın beden takdiri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür (Chen, He, Cai ve Fan, 2020).

Alanyazın incelendiğinde algılanan ebeveyn tutumlarının beden imgesi ile olan ilişkisini vurgulayan çalışmalara rastlanmaktdır (Akgül, 2022; Büyükmumcu, 2019; Bölükoğlu, 2019; (Chen ve ark. 2020; Dokuyan, 2016; Sünbül, 2021). Duygusal olarak sıcaklık gösteren ebeveynlerin çocukları daha pozitif beden imajları geliştirmeye, negatif gördükleri bir beden imgesi ile baş etmek için de olumlu mantıksal bir düzlemde kabullenme yoluna gitme ihtimalleri daha fazladır.

4.2.1.2. Algılanan ebeveyn tutumları ve öz şefkat arasındaki ilişkinin tartışılması

Mevcut çalışmanın sonuçlarında bireylerin öz şefkat toplam puanı ile algılanan ebeveyn tutumlarının tüm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öz şefkat toplam puanının anne ve baba duygusal sıcaklık alt boyutları arasında pozitif yönde, anne ve baba

reddedicik ve aşırı koruyuculuk alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani anne ve baba reddediciliği ve aşırı korumacılığı arttıkça bireylerin öz şefkat seviyeleri azalmakta, anne ve baba duygusal sıcaklığı arttıkça öz şefkat seviyesi de artmaktadır.

Anne ve baba aşırı koruyuculuk ve reddedicilik alt boyutları ile öz duyarlılık ölçeğinin negatif alt boyutları olan öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anne aşırı koruyuculuk alt boyutu ile öz sevecenlik alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öz duyarlılık ölçeğinin diğer alt boyutları olan paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutları ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Anne ve baba reddedicilik ile paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik ve öz sevecenlik alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anne ve baba duygusal sıcaklık alt boyutlarının öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutlarıyla pozitif yönlü; izolasyon ve öz yargılama alt boyutlarıyla negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Aşırı özdeşleşme alt boyutu ile bir ilişki bulunamamıştır. Baba aşırı koruyuculuk alt ölçeği ile paylaşımların bilincinde olma, öz sevecenlik ve bilinçlilik alt ölçekleri arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Algılanan ebeveyn tutumları ile bireylerin geliştirdikleri öz şefkat arasındaki ilişki ilgili literatürde çeşitli çalışmalarca araştırılmıştır (Chen ve ark. 2020; Eker ve Kaya, 2018; İmanoğlu, 2021). Mevcut çalışmanın bulgularıyla da paralellik gösteren Chen ve ark. (2020) çalışmasında algılanan ebeveyn duygusal sıcaklığı ile öz şefkat arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Aynı şekilde ebeveyn aşırı korumacılığı ve reddediciliği düşük öz şefkat seviyesi ile ilişkilendirilmiştir. Bulgularla benzerlik gösteren başka bir araştırmanın sonuçlarına göre de ebeveyn tutumları ile öz şefkat arasında anlamlı bir ilişki vardır. Çalışma ebeveyn tutumlarını demokratik olarak algılayan öğrencilerin öz şefkat düzeylerinin yüksek olduğunu, tutumları otoriter ve koruyucu olarak algılayan öğrencilerin öz şefkat düzeylerinin ise düşük olduğunu ortaya koymuştur (Eker ve Kaya; 2018). Anne desteği ve ailenin işleyişi bireylerin kendi acılarından kaçmadan onları bir insanlık deneyiminin parçası olarak kabul etmesi ve kendisini başarısızlıklarıyla birlikte de kabul edip sevebilmesinin bir göstergesi niteliğinde olan öz şefkatin önemli elementleridir (Neff ve Mcgehee 2010).

4.2.1.3. Öz şefkat ve beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin tartışılması

Bireylerin genel öz şefkat seviyeleri ile beden imgesi baş etme stratejileri alt boyutları olan olumlu mantıksal kabullenme ile pozitif, kaçınma ve görünüşü düzeltme ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Olumlu mantıksal kabullenme stratejisi ile öz sevecenlik, bilinçlilik ve paylaşımların bilincinde olma alt boyutları arasında pozitif yönlü, izolasyon, öz yargılama ve aşırı özdeşleşme alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Kaçınma stratejisi ile izolasyon, aşırı özdeşleşme ve öz yargılama alt boyutları arasında pozitif yönlü, bilinçlilik alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz sevecenlik ve paylaşımların bilincinde olma alt boyutları ile anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Görünüşü düzeltme stratejisi ile izolasyon, aşırı özdeşleşme ve öz yargılama alt boyutları arasında pozitif yönlü, öz sevecenlik ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bilinçlilik ve paylaşımların bilincinde olma alt boyutları ile anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Mevcut çalışmanın bulgularından olan öz şefkat ile beden imgesi arasındaki ilişki çeşitli alanyazında çeşitli şekillerde araştırılmıştır (Abbasi ve Zubair, 2015; Albertson ve ark., 2014; Wasylkiw ve ark., 2012). 17-22 yaşları arasında üniversiteye giden kadın öğrenciler üzerine yapılan çalışmada yüksek öz şefkat seviyesi düşük beden imgesi endişesi ile bağlantılı bulunmuştur (Wasylkiw ve ark., 2012). Araştırmanın bulgularına göre kendine şefkatli olduğunu bildiren kadınlar ayrıca fiziksel benliklerinden daha fazla memnuniyet bildirme eğilimindedir. Beden imajı ve öz şefkati yeme patolojisi geliştirmek ile ele alan bir başka çalışma öz şefkatin olumsuz beden imajı ve yeme patolojisi geliştirmede önleyici bir faktör olabileceğini vurgulamaktadır (Braun ve ark., 2016). İlgili literatürdeki bulgular ile mevcut çalışma bulguları öz şefkat düzeyi ile beden imgesi arasındaki ilişkiye yönelik bulgularla paralellik göstermektedir. Bireylerin öz şefkat seviyeleri azaldıkça beden imgeleriyle başa çıkmak için kaçınma ve görünüşü düzeltme gibi daha olumsuz stratejiler üstlenme ihtimali göstermektedir. Konu ile ilgili alanyazın incelendiğinde

mevcut araştırmanın korelasyon analizi sonuçlarının beklendik ve literatür ile uyumlu olduğu görülmektedir.

4.2.2. Grup karşılaştırmalarına yönelik bulguların tartışılması

Bu bölümde katılımcı demografikleri ile ölçek puanları arasındaki karşılaştırılmalar tartışılmıştır. Demografik bilgi formunda katılımcılara sorulan ebeveyn yaşam ve evlilik durumları, katılımcıların yaşları ve okudukları bölümler veri yetersizliği nedeniyle analiz edilememiştir. Katılımcıların cinsiyeti, gelir durumu, sınıfları, üniversiteleri, kardeş sayıları, anne ve baba eğitim seviyeleri ve vücut memnuniyet değerlendirmelerine dair bulguların karşılaştırılması verilmiştir.

4.2.2.1. Öz şefkat ile demografiklerin tartışılması

Mevcut çalışmada öz şefkat toplam puanını cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı ve erkek katılımcıların öz şefkat toplam puanları kadın katılımcıların puanlarından anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu görülmüştür. İlgili alanyazına bakıldığında sonuçların değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Neff ve Vonk'un (2009) yürüttüğü bir çalışmanın sonuçlarına göre öz şefkat ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark vardır ve erkeklerin öz şefkat seviyesi kadınlardan daha fazladır. Bu sonuç Neff' in (2003b) ve Ünal'ın (2021) çalışması ile paralellik göstermektedir. Aynı şekilde mevcut çalışma bulgularıyla da paralellik göstermektedir. Bu bulgular Türkiye'deki toplumsal cinsiyet rollerine bakıldığında kız çocuklarının erkeklere kıyasla daha az değer görmesi, kızların bulundukları dezavantajlı konumlar gibi durumlar kızların düşünce ve davranış biçimlerini etkileyebilmektedir (Çiçek ve Çopur, 2018). Ayrıca DeVore ve Pritchahrd (2013) çalışmalarında kadınların erkeklere göre daha fazla olumsuz iç konuşma yaptığı sonucuna ulaşmıştır. Bu etki ve etmenler kadınların erkeklere kıyasla daha düşük öz şefkat seviyesine sahip olması ile ilişkilendirebilir. Bu bulguların tam tersini gösteren çalışmalar da literatürde bulunmaktadır (Abbası, Zubair, 2015; Eker, 2011; Nazik ve Arslan, 2011; Yılmaz, 2009).

Öz şefkat toplam puanı ile de anne ve baba eğitim düzeyi arasında bir farklılaşma bulunamamıştır. Bu bulgular, ilgili literatürdeki bazı çalışmalarla paralellik gösterirken (Altun, 2021) bazılarıyla da terslik göstermektedir. Abbasi ve Zubair'in (2015)

çalışmasında daha yüksek anne ve baba eğitimine sahip öğrencilerin daha yüksek öz şefkat seviyesi olduğu bulgulanmıştır.

Çalışma bulgularına göre öz şefkat ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir farklılaşma vardır. Kardeş sayısı arttıkça öz şefkat seviyesi azalmaktadır. İlgili alanyazında bu bulguyu desteklemeyen çalışmalar bulunmaktadır (Eker, 2011; Şimsek, 2019).

Mevcut çalışmada öz şefkat ile gelir düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Bu bulgularla paralellik gösteren çalışmalar olduğu (Eker, 2011; Şimsek, 2019; Ünal, 2021; Yılmaz, 2009) gibi tersi sonuçlar bulan çalışmalar da ilgili literatürde görülmektedir. Neff ve Vonk'un (2009) yürüttükleri çalışmada katılımcıların gelir düzeyleri arttıkça öz şefkat düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Mevcut çalışmada ilişki bulunamayışının sebepleri katılımcı sayısının kısıtlığı ve katılımcıların çoğunun asgari ücret ve altı gelir seviyesine sahip olması olabileceği düşünülmektedir.

Yürütülen bir tez çalışmasında bireylerin öz şefkat düzeyleri ile okudukları okul, sınıfları ve gelir algıları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır (Şimsek, 2019). Mevcut çalışmada da aynı şekilde üniversite, sınıf ve gelir düzeyleri ile öz şefkat arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmemiştir. Literatürde bu bulgularla çelişen çalışmalara rastlanmaktadır. Yılmaz (2009) çalışmasında, üniversite üçüncü sınıfta olan öğrencilerin öz şefkat puanlarının üniversite birinci sınıfta olan öğrencilerden yüksek olduğunu bulgulamıştır. Dilmaç, Deniz ve Deniz'in (2009) yürüttüğü araştırma da bu sonuçları destekler niteliktedir. Yürütülen bir başka çalışmada bu bulgularla da çelişen bir şekilde sınıf arttıkça öz şefkat düzeyinin düştüğü görülmüştür (Nazik ve Arslan, 2011). Mevcut çalışmanın bu bulgularla çelişmesinin sebebi öz şefkati sınıf dışında etkileyen dış değişkenlerden ve örneklem içeriğinin farklılaşmasından kaynaklanıyor olabilir.

Mevcut çalışma katılımcıların vücut memnuniyetlerinin toplam öz şefkat seviyeleri ile anlamlı bir şekilde farklılaştığını bulmuştur. İlgili literatürde bu bulguyu destekler niteliktedir. Bayar'ın (2019) yürüttüğü çalışmada öz şefkatin beden imajını anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Koç ve Korkut Owen (2019) çalışmasında vücudundan memnun olanların yani olumlu bir beden imajına sahip olanların öz şefkat seviyesi anlamlı bir şekilde yüksek çıkmıştır.

4.2.2.2. Beden imgesi ile demografiklerin karşılaştırılması

Beden imgesi baş etme stratejilerinin hiçbir boyutunda cinsiyet ile anlamlı farklılaşma görülememiştir. Beden imgesi, öz şefkat ve psikolojik iyi oluş üzerinde yapılan çalışmada beden imgesi üzerinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur. Çalışmanın sonuçlarına göre kadınlar erkeklerden daha olumlu beden imajı göstermektedir (Abbasi ve Zubair, 2015). Cinsiyet değişkeni ile beden imgesi arasında anlamlı farklılık olduğunu bulan bir çalışmanın sonuçları da kadınların beden imajlarının erkeklerden daha olumsuz olduğunu bulgulamıştır (Büyükmumcu, 2019). Instagram'da fit olmayı teşvik eden paylaşımların ve alıntıların erkek ve kadınların öz şefkatleri ve beden imajı üzerindeki etkilerinin incelendiği bir çalışmada kadın ve erkek katılımcılar arasında bir farklılık bulunamamıştır (Barron ve ark., 2021).

Çalışma bulgularına göre beden imgesi baş etme stratejileri ile gelir seviyesi arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır. Öngören'in (2015) yürüttüğü çalışmaya göre bireylerin beden algıları olumsuzlaştıkça vücut bakımına yapılan harcamanın arttığını ve bunun gelir durumu arttıkça daha da fazlalaştığı görülmüştür. Kılıç'ın (2019) çalışmasında da ergenlerin beden imgesi ile gelir düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu çalışmaya göre gelir düzeyi arttıkça beden imgesi düzeyi de artmaktadır. İlgili literatürdeki bu sonuçlar mevcut çalışma ile paralellik göstermemektedir. Bu farklılaşma verilerin farklı illerdeki kişilerle toplanmış olması, yaş grubunun farklı olması ve gelir düzeyinin eşit dağılmaması gibi nedenlerle açıklanabilir.

Mevcut çalışmada beden imgesi baş etme stratejileri ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir farklılaşma bulamamıştır. Bu bulgu Kılıç'ın (2019) araştırma sonuçlarıyla benzerlik gösterirken Gözüyılmaz'ın (2011) çalışma sonuçlarıyla çelişmektedir. Bu durum çalışma popülasyonunun farklılığından kaynaklanıyor olabilir. Literatürde bu alanda farklılıklar gözlenmektedir.

Analiz sonucunda beden imgesi baş etme stratejileri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Literatüre bakıldığında Aslan ve Koç (2018) çalışmalarında beden imgesi ile sınıf arasında bir farklılaşma bulgularken Akın ve Uğurlu'nun (2008) ve Kılıç'ın (2019) çalışması farklılaşmadığını bulgulamıştır.

Mevcut çalışmada anne eğitim düzeyi ile beden imgesi baş etme stratejileri arasında bir farklılaşma bulunamamıştır. Baba eğitim düzeyi ile sadece olumlu mantıksal kabullenme stratejisi arasında anlamlı bir farklılaşma görülmüştür. Literatürde bu bulgu ile çelişen bulgular mevcuttur. Abbasi ve Zubair'in (2015) gerçekleştirdiği çalışmaya göre daha yüksek anne ve baba eğitimine sahip öğrencilerin daha yüksek beden imgesi ve daha yüksek psikolojik iyi oluş yansıttığını bulgulamıştır. Üniversite öğrencilerinin beden algıları ile anne ve baba eğitim düzeyinin karşılaştırıldığı bir tez çalışmasının bulgularına göre annesi ortaöğretim ve altı eğitim düzeyinde olan kişiler bedenlerini anneleri lise ve üstü eğitim düzeyinde olan katılımcılara göre daha olumlu bir şekilde algılamaktayken baba eğitim düzeyi ile anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (Akgül, 2022).

4.2.2.3. Algılanan ebeveyn tutumları ile demografiklerin tartışılması

Mevcut çalışmada algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuğu ile cinsiyet arasında anlamlı farklılaşmalar bulgulanmıştır. Buna göre algılanan ebeveyn aşırı koruyuculuğu kadınlarda erkeklere nazaran daha yüksek bulunmuştur. İlgili literatür bu konuda da farklılıklar göstermektedir. Cinsiyet ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki farklılıklara bakan bir çalışmada kadın katılımcıların algıladıkları anne duygusal sıcaklığın erkek katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve erkek katılımcıların algıladıkları baba reddediciliğin kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Demirsu, 2018). Ergenler üzerine yapılan bir çalışmada erkeklerin kızlara oranla ebeveynlerini daha reddedici algıladıkları görülmüştür (Buschgens, van Aken, Buitelaar ve Swinkels, 2010). Benzer şekilde Someya, Vehara, Kadowaki, Tang ve Takahashi'nin (1995) çalışmasında erkeklerin babalarını kadınlara göre daha reddedici algıladıkları bulunmuş ve kızların babalarını erkeklere oranla duygusal olarak daha sıcak algıladıkları görülmüştür. İlgili alanyazına ve mevcut çalışmanın bulgularına bakıldığında görülmektedir ki cinsiyet değişkeninin ölçek değişkenleri üzerine olan etkisi araştırma tasarımlarına göre farklılıklar göstermektedir.

Anne eğitim düzeyi algılanan ebeveyn tutumlarından baba aşırı korumacılık ve baba reddedicilik dışında bütün alt boyutlarla anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Baba eğitim düzeyi ile algılanan baba duygusal sıcaklık ve baba aşırı korumacılık anlamlı bir şekilde farklılaşmamakla birlikte anne duygusal sıcaklık, anne aşırı korumacılık ve anne ve baba reddedicilik baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

Baba eğitim düzeyi düştükçe anne aşırı korumacılık artmakta ve anne duygusal sıcaklık azalmaktadır**.**

Eğitim seviyesi ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişki inceleyen Demirsu'nun (2018) çalışmasında katılımcıların anne eğitim düzeyi ile algıladıkları anne duygusal sıcaklık arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Çalışmanın bulgularına göre anne eğitim düzeyi lise ve üstü olan katılımcıların anne duygusal sıcaklığı lise altı olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Aynı çalışmada algılanan ebeveyn tutumlarının diğer alt ölçekleri ile ebeveynlerin eğitim seviyesi arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır (Demirsu, 2018).

Mevut çalışmada algılanan ebeveyn tutumları ile sınıf arasında anlamlı farklılaşma bulunmamıştır. Aydın (2019) çalışması bu bulguyla paralellik göstermektedir.

Mevcut çalışmada algılanan anne duygusal sıcaklığı ile üniversite değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Özel/vakıf üniversitesine giden öğrencilerin algıladıkları anne duygusal sıcaklığı devlet üniversitesine gidenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Literatüre bakıldığında böyle bir bulguya rastlanmamıştır. Lise öğrencileriyle gerçekleştirilen bir çalışmada anadolu lisesi, meslek lisesi ve özel lise arasında algılanan ebeveyn tutumlarının ihmalkâr, hoşgörülü ve otoriter tutumlarında farklılıklar gösterdiği görülmüştür (Belli, 2018).

Gelir düzeyi ile katılımcıların algıladıkları ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Ergenler üzerine yapılan bir çalışmada gelirin gidere göre durumu ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki farklılaşmaya bakılmış ve mevcut çalışmayla uyumlu bir şekilde anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır (Belli, 2018). Bu bulguların aksine Aydoğdu ve Dilekmen'in (2016) çalışmasında ergenlerin gelir düzeyleri ile algıladıkları aşırı koruyucu tutum arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre aylık geliri 1000TL ve altında olan ailelerin aşırı koruyucu tutumları 1000TL üstünde olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Görüldüğü üzere literatür bu konuda farklılıklar göstermektedir. Mevcut çalışmanın örneklem sayısı ve her gelir düzeyinden toplanan verilerin eşitsiz dağılması bu bulguların sebebi olabileceği düşünülmektedir.

4.2.3. Aracılık analizi sonuçlarının tartışılması

Algılanan ebeveyn tutumlarının tüm alt boyutları ile beden imgesi baş etme stratejilerinin tüm alt boyutlarının öz şefkat ile aracılık rolü olduğu görülmüştür. Mevcut çalışma göstermektedir ki bireylerin ebeveynlerinden algıladıkları tutumların ve beden imgeleri ile baş etme için başvurdukları stratejilerin boyutu fark etmeksizin arada kurulan ilişkide öz şefkatin rolü vardır. Katılımcıların algıladıkları aşırı koruyuculuk ve reddedicilik gibi negatif ebeveynlik tutumları ile ilişkili olan beden imgesi baş etme stratejilerinde öz şefkatin olumsuz etkiyi azaltıcı bir rolü vardır. Araştırma bazında öz şefkat değişkeninin dahil olduğu her denklemde olumlu etki artmakta, olumsuz etki de azalmaktadır. Alanyazına bakıldığında bu üç değişken arasındaki ilişkiyi ve öz şefkatin aracılık rolünü bir arada ele alan çalışmaya rastlanmamaktadır. Lakin öz şefkatin aracılık rolünün araştırıldığı çalışmalar bulunmaktadır. Öz şefkatin ebeveyn kabul-reddi ve psikolojik sağlamlığı arasındaki ilişkide aracılık rolüne bakıldığı bir araştırma sonucunda öz şefkat algılanan anne kabulü ve baba kabulü ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiye aracık ettiği (Epli, Batık, Çabuker ve Çelik, 2021).

Bağlanma temelli anksiyete, bağlanmadan kaçınma ve ebeveyn-çocuk ilişkisinde andan ana farkındalığı arttırmayı amaçlayan bir dizi ebeveyn uygulaması veya becerisi olarak tanımlanan bilinçli ebeveynlik arasındaki bağlantıda öz şefkatin aracı rolünü inceleyen bir çalışmanın sonuçlarına göre; bağlanmadan kaçınma, bilinçli ebeveynliğe doğrudan bir etkisi varken, bağlanma temelli anksiyete, öz şefkat aracılığı ile bilinçli ebeveynlikle dolaylı olarak ilişkilendirilmiştir (Moreira, Carona, Silva, Nunes ve Canavarro, 2016). Kadınlarda beden imgesi ve benlik saygısı arasındaki ilişkide öz şefkat ve görünüşe bağlı öz değerin aracılık etkisine bakılan bir başka çalışmada öz şefkatin de görünüşe bağlı öz değerin de benlik saygısı ve beden imajından kaçınma davranışları arasındaki ilişkilere aracılık ettiği bulunmuştur (Stapleton, Crighton, Carter ve Pidgeon, 2017). Üniversite öğrencilerinde bilişsel esnekliğin psikolojik sağlamlığın yordayıcılığına bakan başka bir çalışmada ise bu ilişkide öz şefkatin aracılık rolüne bakılmış ve öz şefkatin tam aracılık rolü olduğu bulunmuştur (Yelpaze, 2020). Genç yetişkinlerde yeme tutumları ile çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkide öz şefkatin ve duygu düzenlemenin aracılık rolüne bakılan Karaoğlu ve Erzi'nin (2019) çalışmasında öz şefkatin değişkenler üzerinde aracılık rolü bulgulanmıştır. Araştırmalarda görüldüğü üzere öz şefkatin anksiyete, öz

düzenleme, psikolojik sağlamlık ve bunlar gibi çeşitli faktöre karşı koruyucu bir etkisi vardır. Mevcut çalışma da öz şefkatin bu etkisini göstermektedir. Öz şefkatin reddedicilik ve aşırı koruyuculuk gibi olumsuz ebeveyn tutumlarının, kaçınma ve görünüşü düzeltme gibi olumsuz beden imgesi baş etme stratejilerine olan etkisinde azaltıcı; duygusal sıcaklık gibi ebeveyn tutumlarının beden imgesi üzerine olan etkisini arttırıcı bir rolü vardır.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Ebeveyn tutumlarının çocuklarının üzerindeki etkisi ve çocukların bu tutumları nasıl algıladıkları sayısız çalışmanın konusu olmuştur. Lakin beden imgesi baş etme stratejileri Cash'ın (2012) çalışması ile kuramsallaşan bir kavramdır ve literatüre bakıldığında bu kavramla genelde yeme patolojisi üzerinden çalışılmıştır. Kişinin kendini yargılamadan hatalarının, yanlışlarının farkında olup bunları ortak bir insanlığın parçası gibi görmeyi ve bunlarla birlikte kendini sevebilmeyi içeren öz şefkatin (Neff, 2003a) beden imgesi ve algılanan ebeveyn tutumları ile olan ilişkisini ele alan bir çalışma literatürde bulunmamaktadır. Bu nedenlerle de mevcut tez çalışmasında beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları, beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat arasındaki ilişki, algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkatin aracılık rolü ve bu değişkenlerin demografik bilgilere göre farklılaşmaları incelenmeye karar verilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öz şefkatin beden imgesi baş etme stratejilerinin ve algılanan ebeveyn tutumlarının tüm alt boyutlarıyla aracılık etkisi olduğu ve araştırma değişkenlerinin alt boyutlarının çoğunun belli seviye ve yönlerde ilişki içinde olduğu görülmüştür. Demografik bilgiler ile ölçekler arasındaki farklılaşmaya bakıldığında sonuçların araştırmanın hipotezleriyle tam olarak örtüşmediği görülmektedir. Belli seviyelerde ilişkiler bulgulanmış olsa da çoğunlukla anlamlı farklılaşmalar bulunmamıştır. Literatürdeki bilgilere bakıldığında da demografik bilgilerle araştırma değişkenleri arasındaki farklılaşmada bir birlik görülmemektedir.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular, beden imgesi üzerinde yapılan çalışmaları ve araştırmaları desteklemeyi amaçlamaktadır. Beden imgesi ve bunla baş etme stratejileri çok boyutlu bir kavramdır lakin literatürde ağırlıklı olarak yeme patolojisi ile çalışılmaktadır. Olumsuz beden imgeleri ile kişilerin başa çıkmak için başvurdukları yollar küçüklüklerinde algıladıkları belirli ebeveyn tutumları ve öz şefkat seviyeleri ile ilişkilidir. Ebeveynini aşırı koruyucu veya reddedici algılayan çocukların yetişkinlikte kaçınma veya görünüşü düzeltme stratejisi geliştirme ve daha düşük bir öz şefkat seviyesine sahip olup izolasyon, öz yargılama gibi kalıplara sahip olma ihtimallerinin

daha fazla olduğunu söyleyebiliriz. Tam tersi şekilde ebeveynlerini duygusal olarak daha sıcak algılayan çocukların yetişkinlik döneminde daha yüksek bir öz şefkat seviyesine sahip olup, olumsuz bir beden imgesi geliştirdiğinde de bunu olumlu ve mantıksal bir şekilde ele alıp kabullenme sürecine girme ihtimalinin diğerlerine göre fazla olduğunu söyleyebiliriz. Araştırmada elde edilen bilgiler bireylerin geliştirmiş oldukları düşünce ve davranışların neyle ilişkili olabileceği hakkında bilgiler vermekte ve olumsuz ve/veya istenmeyen davranış ve düşünce kalıplarını değiştirme konusunda adım atılmasında yardımcı olabilir.

Algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejilerinde öz şefkat seviyesinin aracılık rolünün bulunması tedavi ve müdahale programlarında öz şefkatin önemli bir kaynak olabileceğini göstermektedir. Bireylerde öz şefkat arttırılması üzerine daha fazla çalışmalar yapılabileceği bu sayede yeme patolojisinin ön görülmesi ve tedavisi konusunda da destek sağlanabileceği düşünülmektedir.

Gelecek araştırmalar daha fazla katılımcı örneklemiyle ve daha eşit bir cinsiyet dağılımı ile gerçekleştirilebilir. Sadece üniversite öğrencileri ile değil tüm beliren yetişkinlik çağındaki katılımcıları hedef alarak katılımcıların eğitim seviyesinin etkisine de bakılabilir. Ayrıca çalışmanın sadece İstanbul değil Türkiye popülasyonu ile çalışılarak desteklenmesi gelecek araştırmacılar için bir hedef olabilir. Aynı zamanda sadece beliren yetişkinlik dönemi değil ergenlik ve yetişkinlik dönemlerini de kapsayacak farklı çalışmalar yürütülüp dönemler arası farklılıklar da incelenebilir. Biyolojik cinsiyet dışında cinsel yönelim gibi değişkenlerin de dahil olduğu bir araştırma yürütülebilir. Ebeveynlerin yaşam ve evlilik durumlarını, öğrencilerin okudukları bölümleri ve vücut memnuniyetlerini daha geniş ele alan bir çalışma tekrarlanabilir. Beden Farkındalığı ve Çocukluk Çağı Travmaları değişkenleri de çalışmaya katılıp bunlar arasındaki ilişkiye bakılabilir.

Klinik uyarlamalara bakıldığında, olumsuz beden imgesi geliştirmiş ve bunlarla başa çıkmak için işlevsiz baş etme stratejilerine başvuran bireylerde olumlu beden imgesi geliştirilmesi için öz şefkat arttırıcı müdahale yöntemleri ve programları geliştirilebilir. Anne ve babaları ebeveynlik tutumlarının çocuklar üzerindeki olası etkileri hakkında bilinçlendirecek eğitim programları ve danışmanlıklar düzenlenebilir. Özellikle çocuk terapisindeki anne ve baba seanslarında bu bilgilendirmeler yapılıp, öz şefkatin yapısı ve

olumlu etkileri hakkında aileler bilinçlendirilebilir. Anaokulu seviyesinden başlanarak okulların eğitim programlarına öz şefkat ile ilgili dersler eklenebilir.

Sonuç olarak beden imgesi baş etme stratejileri ve öz şefkat konusunda Türkiye çapında daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu görülmektedir. Mevcut çalışmanın ilerideki akademik ve klinik çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Abbasi, A., ve Zubair, A. (2015). Body İmage, self-compassion, and psychological well-being among university students. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology, 13*, 41.

Acarer, E. (2019). *Üniversite öğrencilerinde obsesif inanışlar ve beden imgesi ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın no. 590230) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Akgül, A. (2022). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile beden algısı arasındaki ilişkide sosyal medya kullanımının aracılık rolü* (Yayın no. 760697) [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Akın, H. ve Uğurlu, N. (2008). Muğla Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Beden Benlik Algısı ve Psikolojik Sıkıntı Belirtileri ile İlişkisi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 11*(4), 38-47.

Akın, Ü., Akın, A. ve Abaci, R. (2007). Öz Duyarlılık Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(33(33)), 1-10. https://app.trdizin.gov.tr/makale/TnpBd01qVTE/oz-duyarlik-olcegi-gecerlik-ve-guvenirlik-calismasi- adresinden alındı

Aktaran, A. K. (2018). *The Relationship between body image and self-compassion in university students: mediation effect of attachemnt* (Yayın no. 512108) [Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Albertson, E. R., Neff, K. D., ve Dill-Shackleford, K. E. (2014). Self-Compassion and Body Dissatisfaction in Women: A Randomized Controlled Trial of a Brief

Mediation Intervention. *Mindfulness, 6*(3), 444-454. doi:https://doi.org/10.1007/s12671-014-0277-3

Altun, G. (2021). *Geç ergenlik döneminde ebeveyn tutumları ile yaşam doyumu ve öz şefkat arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın no. 669907) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Arnett, J. J. (2000). Emergining Adulthood: A theroy of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5). doi:41(5-6), 295–315. doi:10.1159/000022591

Arnett, J. J. (2006). Emergining Adulthood: Understanding the Way of Coming of Age. *Emergining Adults in America: Coming of Age in the 21th Century*, 3-19. doi:https://doi.org/10.1037/11381-001

Arnett, J. J. (2007). Emergining Adulthood: What is it, and what is it good for? . *Child Development Perspectives, 1*(2), 68-73. doi:doi:10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x

Arrindell, W. A., Akkerman, A., Bages, N., Feldman, L., Caballo, V. E., Oei, T. P., . . . Zaldivar, F. (2005). The short-EMBU in Australia, Spain, and Venezuela. *European Journal of Psychological Assessment , 21*(1), 56-66. doi:Doi: 10.1027/1015-5759.21.1.56

Arrindell, W. A., Emmelkamp, P. M., Brilman, E., ve Monsma, A. (1983). Psychometric evaluation of an inventory for assessment of patental rearşng practices. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 163-177. doi:https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1983.tb00338.x

Arrindell, W. A., Sanavio, E., Aguilar, G., ve Sica, C. (1999). The Development of a Short Form of the EMBU: Its Appraisal with Students in Greece, Guatemala, Hungary, and Italy. *Personality and Individual Differences, 27*, 613-628. doi:doi:10.1016/s0191-8869(98)00192-5

Aslan, H. (2001). Beden İmgesi ve Yeme Davranışları Bozuklukları ile Medya İlişkisi. *Düşünen Adam Dergisi, 14*(1), 41-47.

Aslan, H. ve Koç, Z. (2018). Ortaokul Öğrencilerinin Beden İmajı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi, 4*(3), 65-77. https://dergipark.org.tr/en/pub/ekuad/issue/41379/500208 adresinden alındı

Atak, H. ve Çok, F. (2010). Beliren Yetişkinlik: İnsan yaşamında yeni bir dönem. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 17*(1).

Aydın, E. (2019). *Ergenlerin algılanan anne baba tutumlarının benlik saygısı ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* (Tayın no. 549336) [Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Aydoğdu, F. ve Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/296105 adresinden alındı

Baer, R. A. (2010). Self-compassion as a mechanism of change in mindfulness and acceptance based treatments. *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice od change*, 135-153.

Barron, A. M., Krumrei-Mancuso, E. J., ve Harriger, J. A. (2021). The effects of fitspiration and self-compassion Instagram posts on body image and slf-compassion in men and women. *Body Image, 37*, 14-27. doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.01.003

Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development, 37*(4), 887. doi:https://doi.org/10.2307/1126611

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology, 4*(1), 1-103. doi:https://doi.org/10.1037/h0030372

Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence, 11*(1), 56-95. doi:https://doi.org/10.1177/0272431691111004

Bayar, Z. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Beden İmajı, Öz Şefkat, Depresif Duygulanım ve Cinsiyet. *Pamukkale University Journal of Education, 46*(46), 175-190. doi:https://doi.org/10.9779/pauefd.451180

Belli, M. (2018). *Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumu, akıllı telefon kullanımı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayın no. 506989) [Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Bogaerts, K., Millen, A., Li, W., Peuter, S., Diest, I. v., Vlemincx, E., . . . Bergh, O. v. (2008). High symptom reporters are less interoceptively accurate in a symptom-related context. *Journal of Psychosomatic Research., 65*(5), 417-424. doi:https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2008.03.019

Bölükoğlu, İ. (2019). *Beden imajı ile anne baba tutumu, kişilik özellikleri, içsel ego durumları ve demografik özellikler arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* (Yayın no. 617779) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Braun, T. D., Park, C. L., ve Gorin, A. (2016). Self-compassion, body image, and disordered eting: A review of the literatüre. *Body Image, 17*, 117-131. doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.003

Burns, J. W. (2006). The role of attentional strategies in moderating links between acute pain induction and subsequent psychological stress: Evidence for symptom-specific reactivity among patients with chronic pain versus healthy nonpatients. *Emotions, 6*(2), 180-192. doi:https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.2.180

Buschgens, C. J., Aken, M. A., Swinkels, S. H., Ormel, J., Verhulst, F. C., ve Buitelaar, J. K. (2009). Externalizing behaviors in preadolescents: Familiar risk to

externalizing behaviors and perceived parenting styles. *European Child & Amp; Adolescent Psychiatry, 19*(7), 567-575. doi:https://doi.org/10.1007/s00787-009-0086-8

Büyükmumcu, S. ve Ceylan, A. (2020). Üniversite Öğrencilerinde İşlevsel Olmayan Tutumlar, Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Sosyal Karşılaştırma Yönelimlerinin Beden İmgesini Yordayıcılığı. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, 4*(7), 19-35. doi:https://doi.org/10.31461/ybpd.671414

Cash, T. F. (1994). Body-Image Attitudes: Evaluation, Investment, and Affect. *Perceptual and Motor Skills, 78*(3), 1168-1170. doi:https://doi.org/10.2466/pms.1994.78.3c.1168

Cash, T. F. (2012). Cognitive- Behavioral Perspectives on Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* , 334-342. doi:doi:10.1016/b978-0-12-384925-0.00054-7

Cash, T. F., Santos, M. T., ve Williams, E. F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: Validation of the Body Image Coping Strategies Inventory. *Journal of Psychosomatic Research, 58*(2), 190-199. doi:https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2004.07.008

Chen, G., Cai, Z., ve Fan, X. (2020). Perceived parenting styles and body appreciation among Chinese adolescents: Exploring the mediating roles of dispositional mindfulness and self-compassion. *Children and Young Services Review*, 119. doi:https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105698

Cheng, H. L. (2006). *Body image dissatisfaction of college women: Potential risk and protective factors.* Unpublished Doctoral Dissertation). Columbia: University of Missouri. https://doi.org/10.32469/10355/4493

Cioffi, D. (1991). Beyond attentional strategies: A cognitive-perceptual model of somatic interpretation. *Psychological Bulletin., 109*(1), 25-41. doi:https://doi.org/10.1037/0033-2909.109.1.25

Curtis, C., ve Loomans, C. (2014). Friends, family, and their influence on body image dissatisfaction. *Women's Studies Journal, 28*(2), 39. doi:http://www.wsanz.org.nz/journal/docs/WSJNZ282CurtisLoomans39-56.pdf

Çetinkaya, H. (2004). *Beden İmgesi, Beden Organlarından Memnuniyet, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Sosyal Karşılaştırma Düzeyinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşması (Yayın no.* 147319) [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Çiçek, B. ve Çopur, Z. (2018). Bireylerin Kadınların Çalışmasına ve Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları. *International Journal of Eurasian Education and Culture, 3*(4), 1-21.

Demiriz, S. ve Öğretir, A. D. (2007). Alt ve üst sosyoekonomik düzeydeki 10 yaş çocuklarının anne tutumlarının incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 15*(1), 105-122. https://app.trdizin.gov.tr/makale/T0RFMU1qWTI/alt-ve-ust-sosyo-ekonomik-duzeydeki-10-yas-cocuklarinin-anne-tutumlarinin-incelenmesi adresinden alındı

Demirsu, Ö. (2018). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile sürekli kaygı süzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın ve kaygı duyarlılığının aracı rolleri (Yayın no.* 509384) [Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

DeVore, R., ve Pritchard, M. (2013). Analaysis of Gender Differences in Self-Statements and Mood Disorders. *McNair Scholars Research Journal, 9*(1), 7.

Dilmaç, B., Deniz, M. ve Deniz, M. E. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Öz Anlayışları ile Değer Tercihlerinin İncelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi, 7*(18), 9-24.

Dirik, G., Yorulmaz, O. ve Karancı, A. N. (2015). Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Çocuk Formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*.

Doğan, T., Sapmaz, F. ve Totan, T. (2011). Beden imgesi baş etme stratejileri ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 12*(2), 121-129. doi:doi: 10.1016/j.jpsychores.2004.07.008

Dokuyan, M. (2016). 12. sınıf öğrencilerinde algılanan anne-baba tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Ensitüsü Dergisi, 2*(2), 1-21.

Downey, G., ve Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(6), 1327–1343. doi:https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327

Eker, H. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık ve Duyarlı Sevgi Düzeylerinin Ebeveyn Tutumları Açısından İncelenmesi (Yayın no.* 328090) [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Eker, H. ve Kaya, M. (2018). Examining University Students' Self-Compassion and Compassionate Love Levels in Terms of Percieved Parental Attitudes. *Journal of Education and Training Studies, 6*(11), 49. doi:https://doi.org/10.11114/jets.v6i11.3407

Epli, H., Batık, M. V., Çabuker, N. D. ve Çelik, S. B. (2021). Relationship between psychological resilience and parental acceptance-rejection: The mediating role of self-compassion. *Current Psychology*. doi:https://doi.org/10.1007/s12144-021-01822-4

Fassino, S., ve Marzola, E. (2018). Diagnostic Classification of Body Image Disturbances. *Body Image, Eating and Weight*, 25-37. doi:https://doi.org/10.1007/978-3-319-90817-5_2

Feldman, S., ve Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior.

Developmental and Psychopathology, 6(1), 231-247. doi:https://doi.org/10.1017/s0954579400005976

Fisher, S., ve Cleveland, S. E. (1968). Body image and personality. *Contemporary Psychology: A Journal of Reviews, 5*(3), 109. doi:https://doi.org/10.1037/006277

Folkman, S., ve Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(3), 466-475. doi:https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.3.466

Furnham, A., ve Cheng, H. (2000). Perceived parental behavior, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry and Pschiatric Epidemiology, 35*(10), 463-470. doi:https://doi.org/10.1007/s001270050265

Geneci, G. (2019). *Beden İmgesi ve Sosyal Medya Etkileniminin Beden İmgesine Bağlı Yaşam Niteliğine ve Yaşam Doyumuna Etkisi* (Yayın no. 550871) [Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

George, D., ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update* (10 b.). Boston: Pearson.

Gillen, M. M. (2006). *Body image development in emerging adulthood.* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). The Pennsylvania State University. Erişim Tarihi:11.11.2022 https://etda.libraries.psu.edu/catalog/7365

Girard, M., Rodgers, R. F., ve Chabrol, H. (2018). Prospective predictors of body dissatisfaction drive for thinnes, and muscularity concerns among young women in France: A sociocultural model. *Body Image, 26*, 103-110. doi:doi:10.1016/j.bodyim.2018.07.001

Gözüyılmaz, A. (2011). *Evli Ergenlerde Beden İmgesi ve Benlik Saygısının Gebelik Durumuna Göre İncelenmesi* (Yayın no. 300137) [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Gremer, C. K., ve Neff, K. D. (2013). Self- Compassion in Clinical Practice. *Journal of Clinical Psychology, 69*(8), 856-867. doi:https://doi.org/10.1002/jclp.22021

Groesz, L. M., Levine, M. P., ve Murnen, S. K. (2001). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders, 31*(1), 1-16. doi:https://doi.org/10.1002/eat.10005

Güler, K. ve Tuncay, A. M. (2021). Yetişkinlerde Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Akademik Hassasiyetler, 8*(17), 193-221.

Hardit, S. K., ve Hannum, J. W. (2012). Attachment the tripartite influence model, and development of body dissatisfaction. *Body Image, 9*(4), 469-472. doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.06.003

Haspolat, N. K. (2016). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı benlik saygısı ve sosyal fobinin incelenmesi* (Yayın no. 450014) [Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Humphrey, L. L. (1989). Observed family interactions among subtypes of eating disorders using structural analysis of social behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*(2), 206-214. doi:https://doi.org/10.1037/0022-006x.57.2.206

İmanoğlu, M. C. (2021). *Algılanan ebeveyn tutumları, benlik saygısı, olumlu-olumsuz duygulanım ve öz şefkat ilişkisi* (Yayın no. 450014) [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Jannazzo, E. S. (2009). An examination of self-compassion in relation to process group psychotherapy. (UMI Number: 3372613*) (Yayınlanmamış Doktora Tezi). The University of Texas*. https://www.proquest.com/openview/34bd8e25ed60629e6545bd6f4d9d72ff/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750

Jarry, J. L., Dignard, N. A., ve O'Driscoll, L. M. (2019). Appearance investment: The construct that changed the field of body image. . *Body Image, 31*, 221-244. doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.09.001

Karaoğlu, M. ve Erzi, S. (2019). Yeme Tutumları ve Travmatik Yaşantılar: Öz Şefkatve Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi, 1*(3), 145-151.

Kawamura, K. Y., Frost, R. O., ve Harmatz, M. G. (2002). The relationship of perceived parenting styles to perfectionism. *Personality and Indıvıdual Differences, 32*(2), 317-327. doi:https://doi.org/10.1016/s0191-8869(01)00026-5

Keniston, K. (1970). Yuth: A "new" stage of life. *The American Scholar*, 631-654.

Kılıç, P. (2019). *Ergenlerde beden imgesi ile psikolojik sağlamlılık ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayın no. 456204) [Doktora Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Knox, M. C. (2017). I*nvestigating the role of self-compassion in protecting body image against self-objectification and social comparison.* (Doktora Tezi). The University of Texas. http://hdl.handle.net/2152/62451

Koç, M. S., ve Owen, F. K. (2019). Öz-duyarlılığın vücut algısı, beden kitle indeksi, yaş ve ebeveyn tutumları ile ilişkisi. *Hacettepe University Journal of Education*, 1-18. doi:https://doi.org/10.16986/huje.2019053979

Kozan, H. İ. ve Hamarta, E. (2017). Beliren Yetişkinlikte Beden İmgesi: Bağlanma ve Sosyal Görünüş Kaygısının Rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 7*(48), 63-81. doi:http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/543

Maccoby, E. E., ve Martin, J. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. P. H. Mussen (Dü.) içinde, *Handbook of Child Psychology : Formerly Carmichael's Manual of Child Psychology* (4 b., s. 1-101).

Mailloux, J., ve Brener, J. (2002). Somatosensory Amplification and Its Relationship to Heartbeat Detection Ability. *Psychosomatic Medicine, 64*(2), 353-357. doi:https://doi.org/10.1097/00006842-200203000-00020

Meesters, C., Muris, P., ve Esselink, T. (1995). Hostility and perceived parental rearing behavior. *Personal Individual Differences, 18*, 567-570.

Mehling, W. E., Gopisetty, V., Daubenmier, J., Price, C. J., Hecht, F. M., ve Stewart, A. (2009). Body Awareness: Construct and Self- Report Measures. *PLoS ONE, 4*(5). doi:https://doi.org/10.1371/journal.pone.0005614

Moreira, H., Carona, C., Silva, N., Nunes, J., ve Canavarro, M. C. (2015). Exploring the link between maternal attachment-related anxiety and avoidance and mindful parenting: The mediating role of self-compassion. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research, and Practice, 89*(4), 369-384. doi:https://doi.org/10.1111/papt.12082

Murphy, G. (1947). Personality: A biosocial approach to origins and structure. *New York: Harper*. doi:https://doi.org/10.1037/10759-000

Muth, J. L., ve Cash, T. F. (1997). Body-image attitudes: What difference does gender make? *Journal of Applied Social Psychology, 27*(16), 1438-1452. doi:doi: 10.1111/j.1559-1816.1997.tb01607.x

Nazik, E. ve Aslan, S. (2011). Hemşirelik Öğrencilerinin Empatik Becerileri ile Öz Duyarlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 14*(4), 69-75.

Neff, K. D. (2003a). Self- Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity, 2*(2), 85-101. doi:https://doi.org/10.1080/15298860309032

Neff, K. D. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, *2*(3), 223-250. doi:https://doi.org/10.1080/15298860309027

Neff, K. D. (2022). *Öz Şefkat: Kendine Nazik Olmanın Kanıtlanmış Gücü.* (1 b.). (E. Güldemler, Çev.) Diyojen Yayıncılık.

Neff, K. D., ve McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity, 9*(3), 225-240. doi:https://doi.org/10.1080/15298860902979307

Neff, K. D., ve Tirch, D. (2013). Self-compassion and ACT. Mindfulness, acceptance, and positive psychology. *The seven foundation of well-being*, 78-106.

Neff, K. D., ve Vonk, R. (2009). Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Oneself. *Journal of Personality, 77*(1), 23-50. doi:https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x

Neff, K. D., Hsieh, Y. P., ve Dejitterat, K. (2005). Self-Compassion, Achievement Goals, and Coping with Academic Failure. *Self and Identity, 4*(3), 263-287. doi:https://doi.org/10.1080/13576500444000317

Neumark-Sztainer, D., Bauer, K. W., Friend, S., Hannan, P. J., Story, M., ve Berge, J. M. (2010). Family weight talk and dieting: How much do they matter for body dissatisfaction and disordered eating behavior in adolescent gilrs? *Journal of Adolescent Health., 47*(3), 270-276. doi:https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.02.001

Nidich, L. A., ve Varela, R. E. (2011). Perceptions of Parenting, Emotional Self Efficacy, and Anxiety in Youth: Test of Mediational Model. *Chilf&Amp; Youth Care Forum, 41*(1), 21-35. doi:https://doi.org/10.1007/s10566-011-9150-x

Oktay, G. (2016). *Algılanan Anne Baba Tutumu ile Bağlanma Biçimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* (Yayın no. 460478) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi, 16*(34), 25-45.

Özden, S. K. ve Demir, A. (2009). The relationship between perceived parental attitudes and shyness among Turkish youth: Fear of negative evaluation and self-esteem as mediators. *Current Psychology, 28*(3), 169-180. doi:https://doi.org/10.1007/s12144-009-9054-1

Öziş, G. (2016). *Evlilik Yaşam Doyumunun Algılanan Eebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık ve Dinsel İnanç Gücü Açısından İncelenmesi* (Yayın no. 431347) [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Özteke, H. İ. (2015). *Bağlanma, eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar ve beden imgesi baş etme stratejilerinin romantik ilişkilerde mükemmelliyetçiliği yordaması.* (Yayın no. 407531) [Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Perris, C., Jacobsson, L., Lindstörn, H., Knorring, V. L., ve Perris, H. (1980). Development of a New Inventory for Assessing Memories of Parental Rearing Behavior. *Acta Psychiatr Scand, 50,* 154-163.

Reas, D. L., ve Grilo, C. M. (2004). Cognitive- Behavioral Assessment of Body Image Disturbances. *Journal of Psychiatric Practice, 10*(5), 314-322. doi:https://doi.org/10.1097/00131746-200409000-00005

Reifman, A., Arnett, J. J., ve Colwell, M. J. (2007). Emerging Adulthood: Theory, Assessment, and Application. *Journal of Youth Development, 2*(1), 37-48. doi:https://doi.org/10.5195/jyd.2007.359

Rohner, R. P. (1980). Worldwide Tests of Parental Acceptance-Rejection Theory: An Overview. *Behavior Science Research, 15*(1), 1-21. doi:https://doi.org/10.1177/106939718001500102

Rohner, R. P., Khaleque, A., ve Cournoyer, D. E. (2005). Parental Acceptance-Rejection: Theory, Methods, Cross-Cultural Evidence, and Implications. *Ethos, 33*(3), 299-334. doi:https://doi.org/10.1525/eth.2005.33.3.299

Secord, P. F., ve Jourard, S. M. (1953). The appraisal of body-cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology, 17*(5), 343-347. doi:https://doi.org/10.1037/h0060689

Smith-Jackson, T., Reel, J. J., ve Thackeray, R. (2011). Coping with "Bad Body Image Days": Strategies from first-year young adult college women. *Body Image, 8*(4), 335-342. doi:doi:10.1016/j.bodyim.2011.05.002

Someya, T., Uehara, T., Kadowaki, M., Tang, S. W., ve Takahashi, S. (1999). Characteristics of perceived parenting styles in Japan using the EMBU scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 100*(4), 258-262. doi:https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1999.tb10859.x

Soyumtürk, İ. (2021). *Yetişkin bireylerde algılanan ebeveyn tutumu ile çocukluk çağı travmalarının duygusal yeme üzerine etkisinin incelenmesi* (Yayın no. 669796) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Stapleton, P., Crighton, G. J., Carter, B., ve Pidgeon, A. (2017). Self-esteem and body image in females: The mediating role of self-compassion and appearance contingent self-worth. *The Humanistic Psychologist, 45*(3), 238-257. doi:https://doi.org/10.1037/hum0000059

Statista. (2022, October 12). *Median age of U.S. Americans at their first weeding 1998-2021, by sex.* Statista: https://www.statista.com/statistics/371933/median-age-of-us-americans-at-their-first-wedding/ adresinden alındı

Sünbül, M. G. (2021). *Üniversite öğrencilerinin beden imgesi baş etme stratejileri ile narsistik özellikler ve boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* (Yayın no. 702379) [Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Şimşek, N. (2019). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluş ve öz şefkat arasındaki ilişki* (Yayın no. 564546) [Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Şirin, E. (2015). *Ergenlerin vücut kitle indeksi ile sosyal görünüş kaygı düzeyi ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın no. 414823) [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Tan, M. ve Karabulut, E. (2004). Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi (sapd) Uygulanan Hastaların Benlik Saygısı ve Beden İmajını Anlayışları. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi.*

Tetik, S. (2018). *Yetişkinlerde algılanan ebeveyn ilişki tutumları ile aşka dair görüşler arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yayın no. 512471) [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Turk, F., ve Waller, G. (2020). Is self-compassion relevant to the pathology and treatment of eating and body image concerns? A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 79. doi:doi: 10.1016/j.cpr.2020.10185

TÜİK. (2021). *Evlenme ve Boşanma İstatistikleri*. data.tuik.gov.tr: https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568 adresinden alındı

Ünal, G. (2021). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve öz şefkat düzeyinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayın no. 669645) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Wasylkiw, L., MacKinnon, A. L., ve MacLellan, A. M. (2012). Exploring the link between self-compassion and body image in university women. *Body Image, 9*(2), 236-245. doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.01.007

Wiederman, M. W. (2000). Women's body image self-consciousness during physical intimacy with a partner. *Journal of Sex Research, 37*(1), 60-68. doi:https://doi.org/10.1080/00224490009552021

Winefield, H. R., Tiggemann, M., ve Winefield, A. H. (1994). Parental Rearing Behavior, Attributional Style and Mental Health. C. Perris, W. A. Arrindell, & M. Eisemann (Dü) içinde, *Parenting and Psychopathology.* Sussex USA: John Wiley.

Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., ve Horvath, C. L. (2010). "But I Like My Body": Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image, 7*(2), 106-116. doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001

Yağbasanlar, O. (2017). Kavramsal Bir Bakış: Öz Şefkat. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 6*(2), 88-101.

Yelpaze, İ. (2019). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlılığın yordayıcısı olarak bilişsel esneklik: Öz şefkatin aracılık rolü. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22*(2), 535-549. doi:https://doi.org/10.17556/erziefd.631767

Yıldırım, B. ve Sarıçam, H. (2022). Beliren Yetişkinlerin Mükemmelliyetçilik ve Psikolojik Kırılganlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Erciyes Akademi, 36*(1), 228-252.

Yılmaz, M. T. (2009). *Üniversite Öğrecilerinin Öz Anlayışları (self-compassion) ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayın no. 249900) [Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yurtören, D. D. (2021). *Öz Şefkat, Yeme Tutumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Fiziksel Görünüme Dayalı Sosyal Karşılaştırma ile Vücut Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayın no. 692432) [Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

EKLER

Ek 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Sizi Sinem Ünüvar tarafından T.C. Maltepe Üniversitesi Beden Psikoterapisi Sertifikalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tez çalışması kapsamında Dr. Öğr. Üyesi Nesteren Gazioğlu danışmanlığında yürütülen "Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Tutumu, Öz Şefkat ve Beden İmgesi" başlıklı ankete katılmaya davet ediyoruz. Çalışmada, üniversite öğrencilerinin küçüklükte maruz kaldıkları ebeveyn tutumlarını algılama şekillerini ve bunların şimdiki yaşlarındaki öz şefkat seviyeleri ve olumsuz beden imgeleriyle nasıl başa çıktıkları ile olan ilişkisi ölçülmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Çalışma ortalama 20 dakika sürmektedir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma ve bilimsel yayın amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgi formu bilgileriniz gizli tutulacaktır. Araştırma sonuçlarını öğrenmek istiyorum" maddesini seçtiğiniz takdirde araştırma tamamlandığında genel sonuçlar/makale, ilettiğiniz bilgilerden size iletilecektir. Araştırma hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya psksinemunuvar@gmail.com adresi ve 0544 609 32 09 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi

isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum. Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

İsim Soyisim:

İmza:

Tarih:

Ek 2: Demografik Bilgi Formu

Sayın katılımcı, aşağıdaki form bilimsel bir amaçla kullanılmak üzere hazırlanmıştır. Sorulara vermiş olduğunuz cevaplar tamamen gizli tutulacaktır. Lütfen tüm sorulara içtenlikle yanıt veriniz. Teşekkürler.

Yaşınız: _____
Cinsiyetiniz:
Kadın ( )
Erkek ( )
Belirtmek istemiyorum ( )
Gelir Durumunuz:
0 - 5.500 TL ( )
4.500 - 10.000 TL ( )
10.000 + ( )
Üniversiteniz:
Bölümünüz:
Sınıfınız:
Ebeveynleriniz:
Evli değil - birlikte yaşıyorlar ( )
Evli-Birlikteler ( )
Evli-Ayrı yaşıyorlar ( )
Boşandılar - Ayrı yaşıyorlar ( )
Boşandılar- Birlikte yaşıyorlar ( )
Anne kaybı yaşadım ( )
Baba kaybı yaşadım ( )
Diğer ( )
Ebeveyn kaybı yaşadıysanız ya da ebeveynleriniz boşandıysa sonrasında kimle yaşadınız? Anne ( ) Baba ( ) Akraba ( ) Diğer ( )
Şu anda kiminle yaşıyorsunuz? ____
Annenizin Eğitim Durumu: Okur-yazar değil ( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( ) Lise mezunu ( ) Üniversite ( ) Lisansüstü ( ) Doktora ( )
Babanızın Eğitim Durumu: Okur-yazar değil ( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( ) Lise mezunu ( ) Üniversite ( ) Lisansüstü ( ) Doktora ()
Kardeş sayısı (siz dahil): ____
Vücudunuzdan ne kadar memnunsunuz?
1. Hiç memnun değilim
2. Pek memnun değilim
3. Memnunum
4. Oldukça memnunum
5. Çok memnunum

Ek 3: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği – Çocuk Formu (Kaet-Ç)

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

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

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

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

2. Anne ve babam beni överlerdi.

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

7. Anne ve babam, beni başkalarının önünde eleştirirlerdi.

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**

Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

16. Anne ve babam, kendimden utanmama neden olurdu

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**

Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

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

	Hiçbir zaman	**Arada sırada**	**Sık sık**	**Her zaman**
Anne	**1**	**2**	**3**	**4**
Baba	**1**	**2**	**3**	**4**

Ek 4: Öz Duyarlılık Ölçeği

		Hiçbir Zaman	Nadiren	*Sık sık*	Genel likle	Her Zaman
1	Bi*r* yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım	1	2	3	4	5
2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bi*r* şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılı*p* giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
5	Benim için önemli olan bi*r* şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissederim.	1	2	3	4	5
6	Zo*r* zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bi*r* parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bi*r* şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan he*r* şeye kafamı taka*r* ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5
12	Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benze*r* duygula*r* yaşadığını hatırlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olayla*r* yaşadığımda kendime kiba*r* davranırım.	1	2	3	4	5

14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15	Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim.	1	2	3	4	5
16	Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım.	1	2	3	4	5
17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım.	1	2	3	4	5
21	Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım.	1	2	3	4	5
22	Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
24	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim.	1	2	3	4	5
25	Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
26	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	1	2	3	4	5

Ek 5: Beden İmgesi Baş Etme Stratejileri Ölçeği (Bibesö)

		Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
	1.Daha çekici görünmek için bir şeyler yaparım.	1	2	3	4
	2.Görünüşümle ilgili hoşlanmadığım yönlerimi düzeltmek için fazladan zaman harcarım.	1	2	3	4
	3.Görünüşümü değiştirmek için ne yapmam gerektiğini düşünürüm.	1	2	3	4
	4.Fiziksel olarak çekici insanlarla kendi görünüşümü karşılaştırırım.	1	2	3	4
	5.Görünüşümle ilgili hoşlanmadığım yönlerimi gizlemek için özel bir çaba harcarım.	1	2	3	4
	6.En iyi şekilde görünebilmek için özel bir çaba harcarım.	1	2	3	4
	7.Görünüşümle ilgili beğenmediğim yönlerimi nasıl gizleyeceğimi düşünürüm.	1	2	3	4
	8.Farklı görünmeyi hayal ederim.	1	2	3	4
	9.Ayna karşısında çok zaman harcarım	1	2	3	4
	10.Diğer insanlardan görünüşümle ilgili olumlu tepkiler beklerim.	1	2	3	4
	11.Görünüşümle ilgili bir olumsuzluk yaşadığımda, bir süre sonra kendimi daha iyi hissedeceğimi düşünürüm.	1	2	3	4
	12.Kendi kendime görünüşümle ilgili bir olumsuzluğu abartıyor olabileceğimi söylerim.	1	2	3	4
	13.Görünüşümle ilgili bir olumsuzluk yaşadığımda, kendime bu durumun geçeceğini söylerim.	1	2	3	4
	14.Görünüşümden memnun olmadığımda kendime hissettiğimden daha iyi görünüyor olabileceğimi söylerim.	1	2	3	4

	15.Görünüşümü beğenmediğimde, kendime, görünüşümle ilgili iyi özelliklerimi hatırlatırım.	1	2	3	4
	16.Görünüşümle ilgili bir olumsuzluk olduğunda bu durumdan neden olumsuz etkilendiğimi anlamaya çalışırım.	1	2	3	4
	17.Kendime nasıl göründüğümden daha önemli şeylerin olduğunu söylerim.	1	2	3	4
	18.Kendime fiziksel görünüşümle ilgili olumsuz düşüncelerimin gerçekçi olmadığını söylerim.	1	2	3	4
	19.Kendime, görünüşümle ilgili olumsuzlukların çok da önemli olmadığını söylerim.	1	2	3	4
	20.Görünüşümle ilgili kendime hoşgörülüyümdür.	1	2	3	4
	21.Görünüşümle ilgili olarak kendimi daha iyi hissetmemi sağlayacak bazı şeyleri bilinçli olarak yaparım.	1	2	3	4
Kaçınma	22.Görünüşümle ilgili olumsuz bir durum karşısında bu durumun üstesinden gelmek için hiçbir girişimde bulunmam.	1	2	3	4
	23.Görünüşümden hoşlanmadığımda aşırı yerim.	1	2	3	4
	24.Görünüşümle ilgili olumsuz duygu ve düşüncelerimi görmezden gelmeye çalışırım.	1	2	3	4
	25.Görünüşümden dolayı, içime kapanır ve diğer insanlarla daha az etkileşime girerim.	1	2	3	4
	26.Aynada kendime bakmaktan kaçınırım.	1	2	3	4
	27.Görünüşümle ilgili bir olumsuzluk olduğunda bunun üstesinden gelmek için kendimi yemeye veririm.	1	2	3	4
	28.Görünüşümle ilgili beğenmediğim yönlerimi değiştirmek için bir şeyler yapma konusunda çaresiz olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4
	29.Görünüşümle ilgili olumsuz duygu ve düşüncelerimi görmezden gelmeye çalışırım.	1	2	3	4

Ek 6: Etik Kurul Kararı

"Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir."

ÖZGEÇMİŞ

Sinem ÜNÜVAR

Eğitim

Yüksek Lisans	2021-2023 Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Fakültesi, Klinik Psikoloji Beden Psikoterapi Sertifikalı Tezli Yüksek Lisans Program
Lisans	2015-2020 Kadir Has Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü

İş/İstihdam (Varsa)

2022	Yorum Psikoterapi- Psikolog
2022	Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi- Stajyer Psikolog
2019	Yorum Psikoterapi- Stajyer Psikolog
2019	Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi- Stajyer Psikolog
2018	İkon Psikiyatri- Stajyer

Mesleki Birlik/Dernek Üyelikleri (Varsa)

2020 – devam ediyor	Çift ve Aile Terapileri Derneği
2019 – devam ediyor	Türkiye Psikologlar Derneği

Alınan Burs ve Ödüller (Varsa)

2019	Üniversite Başarı Bursu
2015	%50 Eğitim Bursu