

**T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN KİŞİLERİN DUYGUSAL YEME
DÜZEYLERİNİN CİNSEL DOYUM VE ALGILANAN İLİŞKİ
KALİTESİ ÜZERİNDEN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Irmak UZUN

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mehmet Zihni SUNGUR

İSTANBUL - 2021

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN KİŞİLERİN DUYGUSAL YEME
DÜZEYLERİNİN CİNSEL DOYUM VE ALGILANAN İLİŞKİ
KALİTESİ ÜZERİNDEN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Irmak UZUN

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

“Bu tez 09/07/2021 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ		KANAATİ	İMZA

BEYAN

Bu tezin yazım aşamasında bilimsel etik ve ahlak kurallarına uyulduğunu, başka kaynaklardan yararlanıldığı takdirde bilimsel yazına uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde hiçbir şekilde bir tahrifat yapılmadığını, araştırmanın herhangi bir bölümünün bu üniversite ya da başka bir üniversitede tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Irmak Uzun

09.07.2021



ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim ve tez sürecim boyunca her an yanımda olduğunu ve bana inandığını, bu öğrenme yolculuğunda varlığını hissettirdiği, cömertliği ve desteği için tez danışmanım, hocam sayın Prof. Dr. Mehmet Zihni Sungur’a katkı ve emekleri için çok teşekkür ederim.

Süpervizyon sürecimde tanıştığım, tanıştığım andan itibaren tüm içtenliği ve samimiyeti ile varlığını ve desteğini hissettiren, önemseyen hocam Uzm. Dr. Berk Murat Ergün’e çok teşekkür ederim.

Kognitif Davranış Terapileri Derneği’ne dahil olduğum ilk toplantıyla tanıştığım, birlikte çalışma fırsatı bulduğumuz her an samimiyeti ve dinginliği ile rahat bir çalışma ortamı sunan, öğreten olmasının yanı sıra hayatımda çok daha öte bir anlama sahip olan, tez sürecimde desteğini esirgemeyen hocam Uzm. Psk. Gülçin Şenyuva’ya çok teşekkür ederim.

Yüksek lisansta tanıştığım ve yüksek lisans sürecimde yanımda olan, ilerleyen yaşlarda dost kazanmanın zor olmadığını kanıtlayan, meslekteki profesyonel ilk iş hayatımızda dahi yolculuğa beraber çıktığımız, zorlandığımda naiflikleri ve anlayışlarıyla varlıklarını hissettiren, meslektaşlarım, arkadaşlarım Uzm. Psk. Hazal Ertürk ve Psk. Serpil Endirlik’e teşekkür ederim.

Liseden beri araya mesafeler girse de yeri hep ayrı olan, düşünceli, naif, destekleyen, anlayan olan, tez sürecim boyunca beni hep yüreklendiren İdil Ekşi’ye teşekkür ederim.

Bana dosttan öte kardeş olan, yıllardır hep olduğu hâliyle olduğu gibi yanımda duran, varlığını, sevgisini, özel olduğumu hep hissettiren, birlikte büyüdüğüm ve birlikte yaşlanacağımızı bildiğim canım arkadaşım Berfin Lara Işık’a her zaman olduğu gibi şimdi de yanımda olduğu için teşekkür ederim.

Tez sürecimde neye, nereden ve nasıl başlayacağımı bilmezken bana ışık tutan, varlığını, desteğini, ilgisini göstermekten çekinmeyen, bana inanan, güvenen, dinleyen, anlayan, öğrenen, öğreten ve önemseyen Bekim Sadıkay’a çok teşekkür ederim.

Beni mutlu bir ailede mutlu bir çocuk olarak yetiştirip bugün de mutlu ve doyumlu bir yetişkin olmamı sağlayan, desteğini ve varlığını her an hissettiren, hayallerime sahip çıkan ve gerçekleşmesi için çabalayan, mutluluğumu her şeyin üzerinde tutan, dinleyen, anlayan olan, beni ni insiz seven ve hep öğrenen tutumda kalmanın yaşamın her alanındaki etkisini bana keşfettiren, tez sürecim boyunca tüm zorlanmalarımı göğüsleyen canım babam  mer Uzun'a ve canım annem Deniz Uzun'a çok teşekkür ederim.

Son olarak, varlıkları için hep iyi ki dedirten, beni sevgiyle büyüten, birlikte geçirdiğimiz her anı kıymetli kılan, hayatta olmasalar da hep içimde ve benimle birlikte yaşayacak olan, dünya güzeli kalpli, biricik babaannem ve dedeme hep benimle oldukları, beni farklı ve şanslı kıldıkları için çok teşekkür ederim.

Irmak UZUN

09.07.2021

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR.....	i
TABLO LİSTESİ	ii
ŞEKİL LİSTESİ.....	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
GİRİŞ.....	1
BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER.....	4
1.1 Cinsel Doyum.....	4
1.1.1 Cinsellik	4
1.1.2 Cinsel Yanıt.....	5
1.1.3 Romantik İlişkilerde Cinsellik	6
1.1.4 Cinsel Doyum.....	10
1.2 Algılanan Romantik İlişki Kalitesi.....	12
1.2.1 Romantik İlişkiler.....	12
1.3 Duygusal Yeme	13
1.3.1 Yeme Bozuklukları	13
1.3.2 Fizyolojik Açlık ve Duygusal Yeme	15
1.3.3 Duygusal Yeme Davranışı	16
1.3.4 Üç Aşamalı Macht Modeli	19
1.4 Çalışmanın Amacı	21
BÖLÜM 2: YÖNTEM	25
2.1 Örneklem	25
2.2 Veri Toplama Araçları	25
2.2.1 Demografik Bilgiler	25
2.2.2 Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği	25
2.2.3 Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	26
2.2.4 Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği	26
2.3 İşlem	27
2.4 Verilerin Analizi.....	27

BÖLÜM 3: BULGULAR.....	29
3.1 Betimleyici Verilerin Analizi	29
3.2 Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar	32
3.2.1 Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular	32
3.3. Değişkenler Arasındaki İlişkide Demografik Değişkenlerin Aracı Rolünün İncelenmesi	38
3.4. Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	66
 BÖLÜM 4: TARTIŞMA.....	 70
4.1 Değişkenler Arasındaki Korelasyona Yönelik Verilerin İncelenmesi	70
4.2 Değişkenlerin Demografik Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi	75
4.2.1 Değişkenlerin Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi	75
4.2.2 Değişkenlerin Yaşa Göre Değerlendirilmesi	75
4.2.3 Değişkenlerin Eğitim Durumuna Göre Değerlendirilmesi.....	76
4.2.4 Değişkenlerin Çalışma Durumuna Göre Değerlendirilmesi	76
4.2.5 Değişkenlerin İlişki Durumuna Göre Değerlendirilmesi	77
4.2.6 Değişkenlerin İlişki Süresine Göre Değerlendirilmesi	77
4.2.7 Değişkenlerin Aylık Gelire Göre Değerlendirilmesi	78
4.2.8 Değişkenlerin Yeme Bozukluğu Tanısına Göre Değerlendirilmesi.....	78
4.2.9 Değişkenlerin Beden Kitle İndeksine (BKİ) Göre Değerlendirilmesi	79
4.3 Çalışmanın Sınırlılıkları	80
 SONUÇ ve ÖNERİLER.....	 82
KAYNAKÇA	85
EKLER.....	89
ÖZGEÇMİŞ.....	97

KISALTMALAR

ARİKO	: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği
BKİ	: Beden Kitle İndeksi
CDÖ	: Cinsel Doyum Ölçeği
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
EF	: Erkek Formu
GRİSS	: Golombok- Rust Cinsel Doyum Ölçeği
KF	: Kadın Formu
TDYÖ	: Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	29
Tablo 2. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) için Betimleyici İstatistikler	30
Tablo 3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	33
Tablo 4. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	34
Tablo 5. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	35
Tablo 6. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	36
Tablo 7. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	37
Tablo 8. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları	39
Tablo 9. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	40
Tablo 10. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	41
Tablo 11. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	44
Tablo 12. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	45
Tablo 13. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	47
Tablo 14. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	48

Tablo 15. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	49
Tablo 16. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının İlişki Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	50
Tablo 17. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının İlişki Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	51
Tablo 18. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının İlişki Süresine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları ...	52
Tablo 19. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının İlişki Süresine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	54
Tablo 20. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Aylık Gelire Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	57
Tablo 21. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanlarının Aylık Gelire Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	58
Tablo 22. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Aylık Gelire Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	59
Tablo 23. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Yeme Bozukluğu Tanısına Göre İncelenmesine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	61
Tablo 24. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Yeme Bozukluğu Tanısına Göre İncelenmesine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	62
Tablo 25. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Beden Kitle İndeksine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	63
Tablo 26. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Beden Kitle İndeksine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	64
Tablo 27. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanlarının Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	66
Tablo 28. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	67
Tablo 29. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) İçin Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları (Yöntem veya Bulgular Bölümüne Koyulabilir)	68

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1. Üç Aşamalı Macht Modeli	21
--	----



ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü - Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Romantik İlişkisi Olan Kişilerin Duygusal Yeme Düzeylerinin Cinsel Doyum ve Algılanan İlişki Kalitesi Üzerinden İncelenmesi	
Tezin Yazarı: Irmak UZUN	Danışman: Prof. Dr. Mehmet Zihni SUNGUR
Kabul Tarihi: 09.07.2021	Sayfa Sayısı: vi (ön kısım) + 88 (tez) + 8 (ek)
Anabilim Dalı: Psikoloji	Bilim Dalı: Klinik Psikoloji
Bu çalışmanın amacı, romantik bir ilişki içinde olan kadın ve erkeklerin cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesinin duygusal yeme davranışına olan etkisini Türkiye örnekleminde incelemektir. Kadın ve erkeklerden oluşan 20-45 yaş aralığındaki 387 katılımcıyla yapılan çalışmada romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyumları, algıladıkları ilişki kalitesi ve duygusal yeme davranışı sırasıyla; Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRİSS Kadın ve Erkek), Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKO) ve Duygusal Yeme Ölçeği uygulanarak ölçülmüştür. Ek olarak, katılımcılara sosyo-demografik sorular uygulanmıştır. Araştırma altı hipotez üzerinden yürütülmüştür. Birincisi romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları azaldıkça duygusal yeme davranışlarının ve/veya duygusal yeme eğiliminin artacağıdır. İkinci hipotez; romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi azaldıkça duygusal yeme davranışlarının ve/veya duygusal yeme eğiliminin artacağıdır. Üçüncü hipotez, romantik ilişkisi olan kişilere cinsiyet üzerinden bakıldığında, duygusal yeme davranışları ve/veya duygusal yeme eğilimleri arasında anlamlı bir fark olacağıdır. Bu bağlamda, bu fark kadınlarda duygusal yeme davranışı ve/veya duygusal yeme eğilimi görülmesinin erkeklere oranla daha sık olduğundan gelmektedir. Dördüncü hipotez; romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesi arasında doğru orantılı bir ilişki olduğudur. Beşinci hipotez, romantik ilişkilerin flört ve evlilik dönemleri arasında kadın ve erkeklerin duygusal yeme davranışlarında anlamlı bir fark olduğudur. Altıncı hipotez ise romantik ilişki süresinin partnerlerin cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesini etkilediğidir. Bu çalışma ile sebep olan etmenlerin henüz tam olarak bilinmediği duygusal yeme davranışına sebep olan etmenlerden birinin belirlenmesine ve daha önce birlikte ele alınmamış duygusal yeme, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyle literatüre katkı sağlamak amaçlanmaktadır. Bu bağlamda üç bileşenin aralarında ve birbiriyle ilişkisi korelasyon analizleri ve literatürdeki araştırmalar dikkate alınarak incelenmiştir. Çalışmalardan elde edilen verilerle yapılan korelasyon analiziyle, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu; cinsel doyum arttıkça algılanan ilişki kalitesinin arttığı, bununla beraber algılanan ilişki kalitesinin bileşenlerini oluşturan doyum, adanmışlık, yakınlık, güven, tutku ve aşk boyutlarından en az birindeki artışın cinsel doyumu artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, romantik ilişkisi olan erkeklerin cinsel ilişki sıklığı ve cinsel ilişkiden kaçınma davranışları ile duygusal yeme davranışı arasında; romantik ilişkisi olan kadınların ise cinsel yaşamları, cinsel işlev bozuklukları ve cinsel doyum ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında ve literatürdeki araştırmalar dikkate alınarak romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerde duygusal yeme, cinsel doyum, algılanan ilişki kalitesi arasındaki olası ilişkiler tartışılmış, bu bulguların kuramsal ve uygulamadaki katkıları değerlendirilerek araştırmanın sınırlılıkları belirtilmiş ve geleceğe yönelik çalışmalar için öneride bulunulmuştur.	
Anahtar Kelimeler: İlişki Kalitesi, Duygusal Yeme, Cinsellik, Cinsel doyum	

ABSTRACT

Istanbul Kent University Institute of Graduate Education-Abstract of Master's Thesis

Title of the Thesis: Being Examined of People' who Are in a Heterosexual Romantic Relationship Emotional Eating Scale on Sexual Satisfaction and the Perceived Romantic Relationship Quality

Author: Irmak UZUN

Supervisor: Prof. Dr. Mehmet Zihni SUNGUR

Date: 09.07.2021

Nu. of pages: vi (pre text) + 88 (main body) + 8 (app.)

Department: Psychology

Subfield: Clinical Psychology

The aim of this study is to analyse the effects of sexual satisfaction of both genders and their perceived relationship quality on their emotional eating behaviours. The assessments were administered to a sample of 387 participants aged between 20-45 who are in a heterosexual romantic relationship.

The participants' sexual satisfaction was measured by Golombok Rust Inventory of Sexual Satisfaction Scale (female and male forms of the GRISS). The Perceived Romantic Relationship Quality Scale (PRRQS) was used to measure the participants' perception of the quality of their romantic relationships and the Emotional Eating Scale was used to assess the participants' emotional eating behaviours. Socio-Demographic information was gathered from a demographic questionnaire created by the researcher.

The study is held based on six hypotheses. Firstly; it is assumed that sexual dissatisfaction would lead to an increase in the tendency and/or the behaviour of emotional eating. Secondly, as the perceived quality of romantic relationships decreases, the behaviour and/or the tendency of emotional eating is expected to increase. Taking into consideration that the females' tendencies of emotional eating and/or behaviours of emotional eating are higher than males', the third hypothesis suggests that there would be a meaningful statistical relation between emotional eating behaviours and/or the emotional eating tendencies of the participants in accordance with their genders. The fourth hypothesis suggests that there is a linear relationship between sexual satisfaction of both genders and their perceptions of the quality of their relationships. The fifth hypothesis is based on the assumption that there is a statistically significant difference between females' and males' emotional eating behaviours in terms of the type of their romantic relationships, meaning being in a relationship (dating) or being married. The sixth hypothesis suggests that the duration of a relationship affects the sexual satisfaction and the perceived quality of relationship among partners.

This study not only aims to determine the factors affecting emotional eating behaviours of individuals but also aims to assert a relationship between emotional eating behaviour, sexual satisfaction and perceived quality of a relationship amongst both genders which has never been contextualized in an academic study. Hence, the correlation between these three variables were analysed and examined considering the literature reviews of each.

The results of this study showed that there is a significant correlation between emotional eating behaviour, sexual satisfaction and perceived quality of a relationship of individuals. Besides, there is a significant correlation between sexual satisfaction and perceived quality of a relationship of men and women. It was concluded that as sexual satisfaction increases, perceived quality of a relationship increases. Also, an increase in at least one of the components of satisfaction, commitment, intimacy, trust, passion and love which are the components of perceived relationship quality increases sexual satisfaction. In addition, there is a significant correlation between frequency of sexual intercourse and avoidance of sexual intercourse and emotional eating behaviour of men who have a romantic relationship and it has been determined that there is a significant correlation between sexual life, sexual dysfunction and sexual satisfaction of women who have a romantic relationship and emotional eating behaviour. Based on the findings, recommendations for future studies were suggested.

Keywords: Relationship Quality, Emotional Eating, Sexuality, Sexual Satisfaction

GİRİŞ

Araştırmanın Konusu

Bu araştırmada heteroseksüel romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin duygusal yeme düzeylerinde, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesinin aracı rolü incelenmiştir.

Duygusal yeme, gerçek açlıktan bağımsız bir şekilde gerçekleşir. Duygusal beslenen kişiler açlık ya da tokluk hissetmeden, tetikleyici düşüncelerle yeme ya da yememe hâlinde olurlar. Bu alanda yapılmış çalışmalar; çevresel, biyolojik, duygusal, zihinsel ve sosyal süreçlerin kişide yemek yemeyi tetiklediğini ortaya koymaktadır. Öte yandan, sağlıklı ve güçlü bir romantik ilişkide olmanın kişiyi duygusal anlamda daha tatmin kıldığı düşünülmektedir. Romantik ilişkinin önemli bileşenlerinden olan cinsellik ve partnerlerin algıladıkları ilişki kalitesinin de kişinin ilişkideki tatmin boyutunu önemli derecede etkilediği öngörülmektedir. Kişi, yaşamın doğal ve sağlıklı bir parçası olan cinsellikten doyum sağladığında ve ilişki kalitesi ile alakalı pozitif bir bakış açısına sahip olduğunda; düşüncelerinin daha esnek olduğu ve hayatının pek çok alanında işlevselliğinin arttığı düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırma kapsamınca, cinsellikten bağımsız bir romantik ilişki düşünölemeyeceği gibi, partnerlerin algıladıkları ilişki kalitesinden bağımsız bir cinselliğin de düşünölemeyeceğini öngörerek; romantik ilişkiyi cinsellik ve partnerler tarafından algılanan ilişki kalitesi olmak üzere bir bütün olarak görüp bu bütöünün parçalarında eksiklik, tatminsizlik veya doyum düzeyinde azalma olduğunda partnerlerin bir baş etme yöntemi olarak duygusal yeme davranışı göstereceği öngörülmektedir.

Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin duygusal yeme davranışlarında cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesinin etkisini incelemektedir. Tetikleyici ve sürdürücü etmenleri kesin olarak bilinmeyen duygusal yeme davranışı, romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesi üzerinden incelenerek; duygusal yeme davranışını oluşturan ve sürdüren etmenlerden birini bulmak ve bu bağlamda literatüre katkı sağlamak amaçlanmıştır.

Araştırmanın Önemi

Cinsellik ve cinsel doyum, yaşamın önemli ve ayrılmaz bir parçasıdır. Bu bağlamda, cinsellik tüm zamanların konusu olmaktadır. Cinsel doyum yalnızca kişinin cinsel yaşamını değil; aynı zamanda yaşam kalitesini, kendisi, çevresi ve gelecek ile ilgili değerlendirmelerini de dolaylı

ve/veya direkt olarak etkilemektedir. Bu sebeple, araştırmanın konusu kapsamında cinsellik, romantik ilişkisi olan kişileri kapsayacak şekilde ele alınmış; romantik ilişkilerin başlama ve sürdürümünü destekleyen algılanan ilişki kalitesi ile birlikte değerlendirilmiştir. Daha önce yapılan çalışmalar incelendiğinde ise, duygusal yeme davranışının romantik ilişkinin bileşenlerini oluşturan cinsel doyum ve algılanan romantik ilişki kalitesi üzerinden incelenmemiş olması araştırmayı özgün ve önemli kılmaktadır.

Araştırmanın Sorusu

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin duygusal yeme davranışlarında cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesinin anlamlı bir etkisi var mıdır?

Araştırmanın Alt Soruları

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyum ve algıladıkları romantik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyum ve algıladıkları romantik ilişki kalitesine cinsiyet üzerinden bakıldığında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Duygusal yeme davranışı romantik ilişkilerin flört ve evlilik dönemleri üzerinden incelendiğinde anlamlı bir farklılık var mıdır?

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyum ve algıladıkları romantik ilişki kalitesi, romantik ilişki süresi üzerinden incelendiğinde anlamlı bir farklılık var mıdır?

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin beden kitle indeksi ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın hipotezleri şu şekildedir:

Romantik ilişkisi olan kişilerin algıladıkları romantik ilişki kalitesi ile cinsel doyumları arasında doğru orantılı bir ilişki vardır.

Romantik ilişkisi olan kişilerin algıladıkları romantik ilişki kalitesi azaldıkça, duygusal yeme davranışları ve/veya eğilimi artmaktadır.

Romantik ilişkisi olan kişiler cinsiyet üzerinden incelendiğinde, algılanan romantik ilişki kalitesi ve duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide cinsiyetler arası anlamlı bir fark vardır.

Romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyumları azaldıkça, duygusal yeme davranışları ve/veya eğilimi artmaktadır.

Romantik ilişkilerin flört ve evlilik dönemleri arasında kadın ve erkeklerin duygusal yeme davranışlarında anlamlı bir fark vardır.

Romantik ilişki süresi partnerlerin cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesini etkilemektedir.

Çalışmanın Önemi

Duygusal yeme davranışının sebebi kesin olarak bilinmemekle birlikte, daha önce etkileyici faktörlerden biri olarak romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesinin duygusal yeme davranışı üzerine etkisi incelenmemiştir. Bu bağlamda, çalışma özgün olmakla birlikte alanyazın için önem teşkil etmektedir.

Çalışmanın Yöntemi

Araştırmanın örneklemi 20-45 yaş arasındaki romantik ilişkisi olan heteroseksüel kadın ve erkeklerden oluşmaktadır. Uygulanacak ölçeklerle 564 kişiye erişilmiş, yapılan veri temizle işlemi sonrası katılımcıların 387'si ile analiz gerçekleştirilmiştir. Örneklem 269 kadın (%69.5) ve 118 erkekten (%30.5) oluşmaktadır. Katılımcılar bilgilendirilmiş onamı kabul ettikten sonra ölçekleri doldurmaya başlamışlardır. Uygulanan anket üç farklı ölçek ve demografik soruları içermektedir. Anket Google Forms uygulaması üzerinden çevrimiçi anket olarak uygulanmıştır. Uygulama yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER

1.1 Cinsel Doyum

1.1.1 Cinsellik

Cinsellik çok katmanlı ve dinamiktir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) cinselliği; “Fiziksel, emosyonel, entelektüel ve sosyal etmenlerin kişiliği, kişilerarası iletişimi ve aşkı artıran faktörlerin bileşiminden oluşan.” olarak tanımlamaktadır. Öte yandan, herkesin cinsel bilgiye ulaşma ve cinsel ilişkiyi zevk veya üreme amacıyla yaşamaya hakkı vardır. Cinsellik, kişinin sadece fiziksel sağlığına değil; emosyonel, zihinsel ve toplumsal bütünlüğüne destek olan, kişilik gelişimini, kişilerarası iletişimi ve sevgi alışverişini olumlu etkileyen, zenginleştiren ve artıran zindelik ve sağlıklılık hâlidir. Bununla beraber, cinsel sağlık, kişinin cinsel hayatını herhangi bir zorlanma ve/veya baskı yaşamadan, zarar görmeden, kendi irade ve seçimi ile istediği biçimde sürdürebilmesidir (Başar & Yüksel, 2014)

Tüm bunların yanı sıra cinsellik, kişinin duygusal, zihinsel ve fiziksel olarak erkeklik veya dişiliklerini deneyimleme ve gösterme becerisi olurken; kişilerin sahip olduğu cinsel organların işlevlerini, cinselliği nasıl algıladığını ve nasıl ifade ettiğini de içinde barındırmaktadır. Cinsellik her bir kişi için kişiliğinin ayrılmaz bir parçasıdır. Dolayısıyla, kişilerin cinselliği nasıl algıladığı, ifade ettiği ve cinselliğe atfettiği öznel anlam kişiden kişiye farklılık gösterir; yani, cinsellik aynı zamanda sübjektif bir deneyimdir (Tuğut & Gölbaşı, 2013).

İçinde pozitif duygular barındıran sağlıklı bir cinsellik, yetişkinlikte doyum sağlamak, olgun ve uzlaşmacı ilişkiler kurabilmek, sağlıklı bir cinsel yaşam geliştirebilmek ve sürdürebilmek adına önem teşkil etmektedir (Okci, 2017).

Cinsel istek, insanın en temel dürtülerinden biridir ve üreme amacı dışında da gerçekleştirilerek üreme döneminden ayrışır ve bu bağlamda, insanı diğer memelilerden ayıran bir faktör olarak karşımıza çıkar. Kişide cinsel isteği genellikle beğenme, hoşlanma, sevmek, âşık olma gibi psikolojik etmenler başlatır. Bir diğer ifadeyle, insanın cinsel hayatı sevgi, aşk, bağlılık, bağlanma ve hayattan alınan coşku, zevk ve doyumla yakından ilgilidir (Şahin, 2013).

Öte yandan, sağlıklı bir beden, kişiye sağlıklı bir cinsellik yaşayabilmek adına gerekli altyapıyı sağlamaktadır fakat cinselliğin nasıl, kiminle, ne zaman, nerede ve nasıl yaşanacağını, kişinin nasıl uyarılacağını ve doyuma ulaşılacağını belirleyen insan psikolojisidir (Aydın Beşen, 2014).

1.1.2 Cinsel Yanıt

Cinsel anatomi ve fizyoloji konularıyla alakalı ilk kapsamlı bilgiler, Masters ve Johnson'ın çalışmalarıyla elde edilmiştir. Masters ve Johnson; lineer model, diğer adıyla 4 basamaklı model denilen, kişide cinsel uyarana karşı gösterilen tepkiyi; uyarılma, plato, orgazm ve çözülme evresi olarak 4 evreye ayırmışlardır. Bu bağlamda, erkekteki cinsel yanıt döngüsü çoğunlukla birbirine benzer ve tek bir grafikte tanımlanabilirken; kadının cinsel yanıt döngüsünde durum değişmektedir (İncesu, 2004). Kadının cinsel yanıt döngüsünü tepkinin yoğunluğu, süresi gibi çeşitli sayıda etmen etkileyebilmektedir.

Modelin ilk evresi olan uyarılma evresi; temel olarak erotik duygu ve düşüncelerin belirmesi, erkekte ereksiyon, kadında ise genellikle vazokonjesyon ve myotoniyle karakterize edilmiştir (İncesu, 2004). Öte yandan, tüm bunlar herhangi bir fiziksel veya zihinsel bir uyarının varlığı ile ortaya çıkabilir. Yani uyarıcı fiziksel olabileceği gibi, fanteziler ve hayallerde de olabilir. Verilecek tepkinin şiddeti, şiddetinin hızı, cinsel uyarıcının süre ve yoğunluğuna bağlıdır. Kişiye uygun gelen cinsel uyarıcının yeterli süre ve yoğunlukta devam etmesi ile uyarılma evresi oldukça kısa sürede gerçekleşebildiği gibi, kişiye fiziksel veya zihinsel olarak uygun düşmeyen cinsel uyarıcı durumunda veya cinsel uyarıcının süresi kesintili olduğu durumlarda uyarılma evresinin süresi uzayabilir veya tamamen kaybolabilir.

Modelin ikinci evresi olan plato evresi ise; bir bakıma uyarılma evresinin parçası ve devamı niteliğindedir. Öte yandan, bu evre orgazma giriş evresidir. Bu evrede cinsel uyarıcının sürdürülmesi ve cinsel heyecanın artmaya devam etmesi ile kadın da erkek de plato evresine girer. Cinsel haz ve cinsel gerilim yükselir; bu durum kişiyi orgazm evresine götürene kadar devam eder.

Modelin üçüncü evresi olan orgazm evresi; plato evresinin devamı ve sonucu niteliğindedir. Evreler arasında süre olarak en kısa olan evre olmakla birlikte, cinsel hazzın en yoğun yaşandığı evredir. Ayrıca bu evrede cinsel gerilim yerini salınma, gevşeme ve boşalığa bırakır. Orgazm evresi; erkekte ejakülasyon, kadında perine ve vajina etrafındaki kaslarla vazokonjesyon sonucu büyüyen dokuların ritmik refleks kasılmalarıyla karakterize edilmiştir (İncesu, 2004). Orgazm; kadında klitoral bölgede veya vajinada, erkekte ise penis ve prostatta yoğunlaşmaktadır.

Son evre olan çözülme evresi; kadın veya erkekte orgazm evresi ya da orgazmın gerçekleşmediği durumlarda plato evresinden sonra gerçekleşir. Bu evre genital bölgeler ve bedenin bütününde gerçekleşen değişikliklerin dakikalar içinde kaybolması ve uyarılmadan

önceki duruma dönülmesiyle karakterize edilmiştir (İncesu, 2004). Bu evrenin süresi; orgazm evresinin yaşanıp yaşanmamasına, cinsiyete, cinsel uyarının şiddetine, süresine, orgazm yaşandıysa orgazmın yoğunluğuna gibi etmenlere bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Öte yandan, bu bağlamda önemli bir nokta vardır: Kadınlar, çözülme evresinde cinsel uyarının yeniden devreye girmesi ile birlikte orgazm olabilme potansiyeline sahiplerken; erkekler zorunlu olarak bir refrakter dönemine girerler. Ek olarak, refrakter dönemin süresi kişiye ve kişinin yaşına göre değişiklik gösterebilirken, bu dönemin sonuna kadar erkeğin tekrar bir cinsel uyarana yanıt vermesi fizyolojik olarak mümkün olmaz. Sonuç olarak, Masters ve Johnson erkeklerin tek bir cinsel yanıt döngüsü olmasına karşın, kadınların cinsel yanıt döngülerinin oldukça değişken olduğunu ortaya koymuşlardır.

Masters ve Johnson'ın ortaya koydukları bu model; geliştirilmiş olmasına karşın hâlen cinsel işlev bozukluklarının sınıflandırılmasında kullanılan temel kaynaklardandır.

Tüm bunlarla birlikte Masters ve Johnson'ın çalışmalarından etkilenen, seks terapistliğinin öncülerinden olan Helen Singer Kaplan, 1974 yılında bifazik isimli yeni bir model ortaya koymuştur (cedat.org.tr, t.y.). Model Masters ve Johnson'ın modeliyle benzerlik gösterse de onlarınki kadar kullanışlı olmamıştır; buna karşın, öne sürdüğü modeldeki en önemli farklılık, cinsel yanıt modeline istek aşamasını eklemesi olmuştur.

DSM-5'te tanımlandığı üzere cinsel disfonksiyonlar üç başlık altında değerlendirilmektedir. Bunlar; cinsel işlev bozuklukları, cinsiyetinden yakınma (hoşnut olmama) ve cinsel sapkınlık (parafili) bozukluklarıdır. Cinsel işlev bozukluklarında Masters ve Johnson'ın modeli temel alınmaktadır. Bu bağlamda, araştırma boyunca herhangi bir cinsel işlev bozukluğu tanısı almamış kadın ve erkekler baz alınacaktır. Dolayısıyla cinsel doyum; herhangi bir cinsel işlev bozukluğuna bağlı olmaksızın, partnerlerin cinsel yanıt döngüsünün benzer sırayla ve sağlıklı sürdürülmesi üzerinden ele alınacaktır.

1.1.3 Romantik İlişkilerde Cinsellik

Cinsellik hem oldukça merak konusu olan hem de yasakların en büyüğüne maruz kalan; hem hakkında en çok bahsedilen hem de aslında kimse tarafından kolaylıkla dile getirilemeyen, çok bilindiğine inanılan fakat gerçekte oldukça az bilinen; bir yandan övgü kaynağı olan, bir diğer taraftan da aslında çok utanılan bir mesele olan, bu sebeple ele alınması ve değerlendirilmesi oldukça zor bir konudur (Bozdemir & Özcan, 2011). Bu bağlamda, gözetilmesi gerekirken ihmâl edilebilen cinsel sağlık ve cinsel yaşamın romantik ilişkilerdeki yerinin önemi gözden kaçırılmamalıdır.

Cinsellik, düşünülenin ve farz edilenin aksine, doğumdan önce başlayıp yaşam boyu süregelen; kişinin değerleri, inançları, duyguları, kişiliği, davranış ve tutumları, zihinsel süreçleri, fiziksel görünümü, beden algısı, sevdikleri ve sevmedikleri, içine doğduğu aile, din, sosyo-ekonomik ve sosyo-kültürel durum ve yaşanan toplumlara göre şekillenen ve çeşitlilik gösteren bir kavramdır. Öte yandan cinsellik yalnızca cinsel organları değil; tüm bedeni, aklı ve zihni içinde barındırır (Bozdemir ve Özcan, 2011). Bu bağlamda, cinsel bir varlık olan insanın, yaşamının her anını içinde barındıran cinselliğin, aslında yaşanan cinsellikten öte olup kişinin sadece yaşadığı cinsel birleşme ve cinsel yaşamındaki iyilik hâlini değil; fiziksel, zihinsel, entelektüel ve sosyal gelişimine destek olarak genel iyilik hâlini etkileyen ve yaşamı pek çok alanda besleyen bir kavram olduğunu söyleyebiliriz. Dolayısıyla cinsel sağlık; sadece bir patoloji, işlev bozukluğu ya da sakatlığın olmaması değil; kişinin emosyonel, zihinsel, fiziksel ve sosyal olarak cinsellikle ilgili genel iyilik hâlidir (Bozdemir ve Özcan, 2011). Bu bağlamda cinsel sağlık, altta yatan bir patolojinin veya işlev bozukluğunun varlığından ayrışarak; şiddet ve ayrımcılığın değil, güven ve saygının olduğu; sadece üreme amacıyla ve üreme dönemini kapsayarak değil; keyif ve haz almak, sevgi ve aşkı kuvvetlendirmek gibi amaçlarla veya sevgi ve aşkla gerçekleştirilen ve kişinin yaşamının her dönemini kapsayan; farklı cinsellik ve cinsel ifade biçimleriyle gerçekleştirilebilen; insan hakları ihlâlinin yapılamayacağı; kişinin yaşamında iyilik hâli sağlayan ve yaşamının pek çok alanını dolaylı ve/veya direkt olarak olumlu ya da olumsuz yönde etkileme potansiyeli olan; toplumsal cinsiyet, toplumsal cinsiyet rolleri, beklentileri ve toplumsal güç dinamikleri tarafından etkilenmeye ve maruz kalmaya açık fakat korunması ve tüm bunlardan arındırılması gereken, kişinin yaşamında kritik öneme sahip olma etkililiği olan bir alandır.

Sağlıklı cinsel yaşam, çiftler arasında özel ve kendilerine has bir anlam ve bağ oluştururken; çiftlerin birbirlerine olan yakınlıklarına da katkı sağlamaktadır. Ek olarak, cinselliğin çiftler arasındaki gerginliği azaltıp sevgi, koruma, korunma, sıcaklık, iletişim, güven, ilgi ve alakayı arttırdığı bilinmektedir (Okci, 2017).

Bu çalışmada, romantik ilişkisi olan kişiler üzerinden ele alınacak olan cinsellikte; cinsel ilişki, cinsel davranışlar ve cinsel yakınlık gibi kavramların birlikte ve ayrı ayrı öneme sahip olduğu gözden kaçırılmamalıdır. Bu bağlamda cinsel ilişki oral, anal ve penil-vajinal seksin dahil olduğu cinsel tutumlar olurken; cinsel davranışlar kişinin cinselliği ile ilgili etkinlikleridir. Dolayısıyla cinsel davranışlar; öpmek, dokunmak veya vücudun farklı biçimlerde uyarılması gibi kişilerin kendilerine ve partnerlerine ne yaptıklarıyla ilgilidir. Cinsel yakınlık ise, sadece cinsel ilişkiyi kapsamaz. Öpüşmek, sohbet etmek, dokunmak, masaj yapmak, sarılmak,

okşamak, erotik konuşmalar veya şakalar yapmak, aşk; karşılıklı beğeni duymak, karşılıklı ilgi ve alaka göstermek, birlikte olmaktan hoşnut ve mutlu olmak, birlikte vakit geçirmek, temas etmek, el ele tutuşmak hatta yalnızca bakışmak bile cinsel yakınlık anlamına gelmektedir (Bozdemir ve Özcan, 2011). Sağlıklı bir cinsel ilişki; uzlaşmacı, sömürücü olmayan, açık ve dürüst, karşılıklı zevk almanın önem taşıdığı, istenmeyen gebelik ve cinsel yolla bulaşan hastalık riskine karşı önlemlerin alındığı; güven, ortak değerler ve sevgi üzerine kurulan bir cinsel yaşamı kapsamaktadır.

Romantik ilişkiler, yakın ilişkiler başlığının altında değerlendirilen bir ilişki türüdür ve ideal olarak bağlılık, sevgi, aşk, saygı ve güven üzerine kurulmaktadır. Romantik ilişkilerin devamlılığı ve sürekliliği ise, kişilerin beklenti ve ihtiyaçlarının mevcut ilişkilerinde karşılanması ve ilişkiden alınan doyumla yakından ilişkili olmakla birlikte, doğru orantılı bir etkililiktir. Bu bağlamda alınan doyumu etkileyen faktörlerden biri partnerlerin cinselliklerinden aldığı haz, zevk ve uyumdur. Romantik ilişkilerin önemli ayaklarından biri olan cinsellik; sağlıklı ve her iki tarafın da istek ve hazzını gözeterek yaşandığında ilişkiyi besleyen ve koruyan bir unsur hâline gelebilmektedir. Dolayısıyla cinsellik, romantik ilişkilerde kritik ve hatta ilişkinin algılanan kalitesini ve sürecini belirleyen bir etkiye sahip olabilmektedir.

Aşk her toplumda, bütün kültürlerde ve tüm zamanlarda var olmuştur ve hemen her insan hayatının en az bir döneminde aşkı yaşamış veya yaşamayı hayal etmiş, zihninde kurgulamıştır. Öte yandan, aşkın tanımı zamana, kültüre, döneme, toplumlara göre ve kişiden kişiye farklılık gösterirken; teorik olarak araştırmacıların aşkı tanımlayış biçimi de farklılık göstermektedir. Tanımlamaların birbirinden farklı olmasına neden olan araştırmacıların farklı bakış açıları ve deneyimleri olurken, bakış açılarını farklı kılan da aşkı kiminin biyolojik, kiminin evrimsel, kiminin bireysel veya toplumsal ya da nöropsikolojik bulgular ışığında yorumlamasından kaynaklanmaktadır (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009).

Robert Sternberg'in Üçgen Aşk Teorisi (Love Triangle), aşk konusuna hangi açıdan bakılacağına dair önemli bir yorumlama kolaylığı sağlamaktadır. Üçgen Aşk Teorisi'ne göre aşk; yakınlık, tutku ve bağlılık olmak üzere üç temel unsurdan oluşmaktadır (Uştuk, 2016). Bu üç unsur, bir üçgenin üç köşesindeki her bir noktaya denk düşmektedir ve bu sebeple kuram, Üçgen Aşk Kuramı olarak adlandırılmaktadır. Kurama göre yakınlık; partnerler arasındaki yakınlığı, karşılıklı anlayışı, iletişim ve paylaşımı, partnere duygusal açıdan bağlı olmayı içerirken, karşılıklı verilen ve alınan duygusal desteği de içinde barındırmaktadır. Tüm bunlar çiftlerin sıcak bir aşk ilişkisi yaşamasına olanak sağlar. Bu şekilde, partnerler birbirlerine oldukça değer verir ve birbirlerinin mutluluğunu artırmak için çabalarlar. Romantik ilişkilerde

romantizm, fiziksel çekicilik, cinsellik, hoşlanma, beğeni, hayranlık gibi dürtülere tutku öncülük eder (Atak & Taştan, 2012). Bağlılık, kişinin karşısındaki kişiyi sevdiğine karar vermesi ve kendini ona adanmasıdır. Öte yandan, tüm bu unsurların görüldüğü ilişkiler mevcutken; her ilişkide bu üç unsur görülür demek gerçekten uzak bir ifade olacaktır. Kişi romantik bir ilişkide olduğu kişiye karşı yakınlık hissedebilirken, tutku ve bağlılık hissetmeyebilir veya tutku duyduğu kişiye yakınlık ya da bağlılık hissetmeyebilirken; bu üç unsurun ikisinin mevcut olup birinin olmadığı veya üç unsurun da mevcut olduğu ya da üç unsurun da mevcut olmadığı bir ilişki söz konusu olabilir. Yakınlık, tutku ve bağlılık unsurlarının farklı bileşimleri, üçgen aşk kuramı bağlamında sekiz aşk türünü ortaya çıkarmaktadır. Yalnızca yakınlığın olduğu ilişkiler beğenme/hoslanma, yalnız tutkunun olduğu çılgınca aşk ve yalnız bağlanmanın olduğu boş aşk; yakınlık ve tutkunun olduğu ilişkiler romantik aşk, yakınlık ve bağlanmanın olduğu arkadaşça aşk, tutku ve bağlanmanın olduğu aptalca aşk; yakınlık, tutku ve bağlanmanın yani üç unsurun da mevcut olduğu ilişkiler mükemmel aşk ve yakınlık, tutku ve bağlanmanın yani üç unsurun da mevcut olmadığı ilişkiler aşksızlık başlığı altında birbirinden ayrıştırılmıştır (Gülsün ve ark., 2009).

Romantik ilişkileri birbirinden ayıran bu kuram, bir bakıma, ilişkilerde eksikliği olan unsurun algılanan ilişkinin kalitesine, ilişki doyumuna ve ilişkinin ömrüne dair bir çıkarımda bulunulmasına olanak sağlamaktadır denilebilir.

Öte yandan, aşk, evrimsel bakış açısına göre insanların etkin ve sağlıklı biçimde üremesini sağlayan bir uyum mekanizması olarak karşımıza çıkar. Bir diğer ifadeyle, birbirinden farklı iki kişiyi, onların bakım ve sorumluluğuna gereksinimi olan bir bebeğin ebeveynleri olması için birbirine bağlar. Bununla birlikte, evrimsel bakış açısı, aşk eylemlerinin temel amacının türü devam ettirmek üzerine kurulu amaçlara hizmet olduğunu belirtir ve bu bağlamda yakın amaçları kaynak sergileme, sadakat ve koruma, bağlılık ve evlilik, cinsel yakınlık, sermaye paylaşımı ve anne-babalık yatırımı olarak tanımlar. Nöropsikolojik çalışmalar ise, âşık olma sürecinin genetik, hormonal ve psikolojik deneyimlerin etkisiyle oluştuğunu ifade eder. Bu etkenlerin birleşimi kişiye uygun eşi bulması için içsel bir rehber olma niteliği taşır ve bu içsel rehberler ‘aşk haritası’ olarak adlandırılır (Gülsün ve ark., 2009).

Tüm bunlar ışığında her dönemin, her çağın, her toplumun konusu olan ve her bir bireyin yaşamının bir döneminde en az bir kez yaşamış olduğu veya yaşama düşünüyorduğu aşk, her ne kadar çiftler arası benzerlikler gösterse de aslında çiftlere özgü, çiftlerin dinamiği ve partnerlerin özgünlüğüyle birbirinden ayrışıp pek çok farklı çeşitte yaşanırken; aşk kavramı

üzerine çalışan araştırmacıların değerlendirme ve yorumları da bir o kadar çeşitlilik göstermektedir. Dolayısıyla, tek bir aşk ve/veya romantik ilişki tanımı yapmak mümkün olamazken; yalnızca romantik ilişkilerin her dönemin konusu olduğu ve her dönemin konusu olmaya devam edeceği söylenebilir.

Romantik ilişkilerde sevgi, bağlılık, arkadaşlık ve sadakat kavramları kadar öneme sahip olan, romantik ilişkiyi diğer yakın ilişkilerden ayırtıran cinselliğin romantik ilişkilerdeki yeri ise; partnerlere ve ilişki dinamiğine göre değişebilecek olmakla beraber, romantik ilişkilerin merkezinden, merkezin çevresinden veya bir biçimde romantik ilişki ağının içinden bağımsız olamayacaktır. Bu bağlamda romantik ilişkilerde cinselliğin yeri, romantik ilişkinin içinde konumlanmaktadır.

1.1.4 Cinsel Doyum

Cinsellik yaşamın ayrılmaz bir parçası olurken, cinsel doyum; bireyin cinsel ilişkisi hakkında yaptığı öznel değerlendirmelerin sonucu olarak ortaya çıkan duygusal tepkidir. Dolayısıyla cinselliğin bir bileşeni olan cinsel doyum, her bir birey için ayrı anlam ifade etmesine karşın, aynı zaman da her bir birey için de cinsel bir haktır. Bununla birlikte, cinsel doyum kişinin yalnızca cinsel yaşam kalitesi üzerinde rol oynamakla kalmaz; aynı zamanda kişinin yaşam kalitesi üzerinde de direkt ve/veya dolaylı olarak kilit bir role sahiptir (Tuğut, 2016).

Öte yandan cinsel doyum, kişilerin duyguları, düşünceleri, tutum ve inançları gibi dinamikleri de içinde barındıran ve bu dinamiklerden etkilenen çok katmanlı bir deneyim olarak da açıklanabilir. Ayrıca cinsel doyum, kişilerin mevcut ilişkilerindeki partnerleriyle yaşadığı cinsellikten önceki tecrübeleri, mevcut beklentileri ve gelecek beklentileriyle de ilişkilidir. Daha önce yapılan çalışmalar cinsel doyumun en kuvvetli belirleyicilerinin ilişki memnuniyeti, bağlılık, kararlılık, romantik ilişki kalitesi, paylaşım ve iletişim olduğunu ortaya koymaktadır (Okci, 2017).

Partnerler arasında sağlıklı bir ilişki oluşumunda ve sağlıklı ilişkinin sürdürülmesinde cinsel doyumun önemli etkisi her daim göz önünde bulundurulmalıdır (Kiray Vural & Bayık Temel, 2010). Öte yandan, cinsellik haz, arzu, üreme, aşk, ilişki ve/veya yakınlığı çağrıştırırken; aşk ve cinsel yakınlık zihinsel, emosyonel ve davranışsal bileşenleriyle partnerler arasında yaşanan etkileşimdir. Dolayısıyla, yakınlık kurma ve ilişki; kişinin kendisini, düşüncelerini, duygularını, bedenini, iç dünyasını bir başkasına açmasına dairdir. Cinsellik ve ilişki kişiye sevmeye değer olduğunu hissettirir. Diğer bir ifadeyle, bu his, kadınlık ve erkekliğin onaylanmasıdır da denilebilir (Sungur, 1998). Bu bağlamda, romantik ilişkinin dinamiklerinin sağlıklı olması bu

hissi beslerken; romantik ilişkinin bileşenlerindeki bir aksaklık bu hissin zedelenmesine de sebep olabilir. Bu hissi kuvvetlendirme ve zedeleme gücü oldukça fazla olan, romantik ilişki bileşenlerinden cinselliğin sağlıklı yaşanıyor olması, partnerlerin cinsel bilgiye sahip olması, cinselliğin partnerlerin her ikisi için de cinsel hak olarak görülüyor olması ve karşılıklı hazza önem veriliyor olması yalnızca kişilerin ilişki kalitesi üzerinde pozitif bir etkiye değil; partnerlerin ayrı ayrı kendilerini, karşılarındaki kişiyi, çevrelerini ve dış dünyayı algılama ve değerlendirmelerinde de pozitif bir etkiye sahiptir.

Değinilmesi gereken önemli noktalardan biri de cinsel doyum, boşalma ve orgazm kavramlarının birbirinden ayrı kavramlar olduğudur. Boşalma; daha çok fiziksel rahatlama olarak ifade edilirken, cinsel ilişkinin sonlarına doğru yaşanan ve kısa süreli (10-15 saniye) kasılmalarla kendini gösteren bedensel rahatlamalardır. Boşalma olmadığı zaman partnerler sıkıntı ve gerginlik hissedebilirlerken bu durum, ilişki problemlerine yol açabilir. Öte yandan, orgazm; ruhsal ve fiziksel olarak şehvetli heyecan, ruhun dünyevi gerçeklikten sıyrılıp kişinin kendinden geçmesi ve coşkunluk hâli olarak ifade edilirken, cinsel boşalmayı da içinde barındıran daha geniş bir kavramdır. Buradaki ayırt edici nokta boşalma fiziksel bir rahatlamayken; orgazm yalnız fiziksel değil, bedensel rahatlamaya ruhun rahatlamasının da eşlik etmesidir. Bir diğer deyişle orgazm, bir nevi kısa süreli kendinden geçme hâlidir. Cinsel doyum ise, kişinin boşaldıktan sonra doyuma ulaştığını hissetmesi; bir diğer deyişle, boşaldıktan sonra başka bir cinsel aktiviteye ihtiyaç duymamasıdır (Keçe, 2019).

Orgazm ve boşalma cinsel doyumunu olumlu yönde etkilemektedir. Bununla beraber cinsel doyum; partnerlerin birbirlerinin orgazmından doyum ve haz alabilmeleri, partnerlerin birbirlerine cinsel yakınlığın yanı sıra duygusal yakınlık gösteriyor olmaları, cinsel birleşme beklentisi olmadan da sevgi ve yakınlığı birbirlerine hissettiriyor olmaları ve birbirlerine olan duygularını açık bir biçimde ifade etmeleri ile yakından ilişkili olan, partnerlerin cinsel yaşamları ile ilgili öznel değerlendirmeleridir.

1.2 Algılanan Romantik İlişki Kalitesi

1.2.1 Romantik İlişkiler

Ergenlikten yetişkinliğe adım atıldığı dönemde, ebeveynlere karşı olan bağlılığın azalmaya başlayıp gençlerin yetişkin görev, sorumluluk ve yetişkinlik rollerine doğru ilerlediği yeniden bir yapılanma süreci başlamaktadır (Sağkal & Özdemir, 2018). Öte yandan, yetişkinliğe adım atılan bu dönemde cinsel ve romantik ilgilerin ön plana çıkması söz konusu olurken; ergenlik döneminin takip ettiği erken yetişkinlik ve yetişkinlik dönemi ile birlikte cinselliğe karşı yoğun bir arzu ve romantik ilişkide bulunulan partnerle birlikte fantezilerin kurulmaya başlandığı söylenebilir. Bu süreci yönetirken kişiler cinsel hazlarının farkına varma, kendilerini cinsel bir varlık olarak kabul etme ve uygun koşullar altında bu duygu ve fantezilerini ifade etmeyi öğrenme gibi birtakım aşamaları tamamlama ihtiyacı duyarlar (Shulman & Connolly, 2013). Yapılan çalışmalar ergenlik dönemindeki cinsel ve romantik isteğin daha bireysel ve bağlılığın daha az olduğunu gösterirken; ergenlerin romantik deneyimlerinin, eş zamanlı olarak, ergenlere gelecekte yaşayacakları romantik ilişki ve/veya evlilik ilişkisi için bir öğrenme ortamı ve eğitim zemini hazırladığını ortaya koymaktadır (Shulman ve Connolly, 2013). Yetişkinlik dönemi ergenlik dönemine göre görece romantik ilişkilerdeki derinliğin, bağlılığın arttığı; partnerlerin benliklerini ve diğer yönlerini ortaya daha çok koyduğu ve dolayısıyla ilişki kalitesinin daha çok önem kazandığı bir dönem olarak ele alınmaktadır (Sağkal ve Özdemir, 2018). Öte yandan, yapılan çalışmalar, yetişkinlerin arkadaşlık ilişkileri ve romantik ilişkilerinin sosyal ağlarının önemli bir parçası olduğunu ve zamanlarının önemli bir kısmını romantik ilişkide bulundukları kişiyle geçirdiğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda bu dönemde artan adanmışlık, yakınlık ve bağlılıktan söz edilebilir. Ek olarak, yapılan çalışmalar kişinin mutluluğunun romantik ilişkisindeki mutluluğuyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Sağkal ve Özdemir, 2018). Tüm bunlarla beraber, romantik ilişkiler üzerine yazılmış şiirler, romanlar, bestelenmiş şarkılar, çekilmiş filmler diğer yakın ilişki türlerine göre çok daha fazlayken; bu durum yetişkinlerde romantik ilişkilerinin öneminin diğer yakın ilişkilerine (ebeveyn, arkadaş, kardeş, vb.) göre farklı bir anlama sahip olduğunu göstermek için neredeyse yeterli sayılabilir (Saçaklı, 2019). Bu sebeple, romantik ilişkilerin varlığı ve romantik ilişkide bulunulan partnere verilen anlam; romantik ilişkinin kişinin ruh hâlinde ve bireysel hayatında genel iyilik hâline katkı sağlayabileceği gibi, aksi yönde yıkıcı bir etki de yaratabilmektedir. Dolayısıyla, romantik bir ilişki içinde bulunmayı yalnızca bir partnerle birlikte olmaktan öte, o kişiyle romantik ilişki içinde bulunma süresi boyunca hayatı paylaşırken, kişinin kendisini, çevresini ve dış dünyayı değerlendirmesinde etkililiği olan çok dinamikli ve birden çok etkililik alanı olan bir ilişki türü

olarak tanımlamak önem teşkil etmektedir. Bu bağlamda romantik ilişki kalitesi kişinin kendisini, çevresini ve dış dünyayı değerlendirmesinde, romantik ilişki ile geçen zamanının verimini ve mevcut romantik ilişkisinin süre ve sürecini belirleyen faktörlerden biri olarak ele alınabilir. Özellikle son yıllarda romantik ilişkilerin kalitesine dair artan çalışmalar olmakla birlikte, romantik ilişkilere dair yapılan araştırmalar ve teoriler ışığında; romantik ilişki kalitesine dair 6 temel boyutun varlığının ön plana çıktığı söylenebilir. Doyum, aşk, güven, adanmışlık, tutku ve yakınlık olarak tanımlanan bu 6 boyutun aralarında yüksek korelasyon gösterdiği ve romantik ilişkiler üzerinden bakıldığında ayrı ayrı ele alınarak değil, genel bir değerlendirme olarak birlikte ele alındığı belirtilmektedir (Sağkal ve Özdemir, 2018).

1.3 Duygusal Yeme

1.3.1 Yeme Bozuklukları

Yeme bozuklukları sıklıkla ergenlik dönemi, erken yetişkinlik dönemi ve yetişkinlik döneminde ortaya çıkarken; yaygınlığı kadınlarda daha fazladır. Öte yandan, her bir birey yaş, sosyo-ekonomik durum, ırk, cinsel yönelim, beden yapısı, kilo durumu, beden kitle indeksi (BKİ), sosyo-kültürel yapı fark etmeksizin yeme bozukluğuna sahip olabilme potansiyeline sahiptir. Elbette yeme bozukluğunu etkileyen etmenler olmakla birlikte, yukarıda saydığımız faktörler başlı başına bir etkililikte değildir. Kişiler bilgi eksikliğinden kaynaklı yeme bozukluğuna sahip olduğunun farkında olmayabilir veya yeme tutumlarından utandıkları ve/veya suçluluk hissettikleri için var olan yeme bozukluklarını saklayabilirler (Todd Gillian, 2019).

DSM-5'te beslenme ve yeme bozuklukları; pika, geri çıkarma (geviş getirme) bozukluğu, kaçınan/ kısıtlı yiyecek alımı bozukluğu, anoreksiya nervroza, bulimiya nervroza, tıknırcasına yeme bozukluğu, tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu ve tanımlanmamış beslenme ve yeme bozukluğu alt başlıklarında ele alınmaktadır. Anoreksiya nervroza, bulimiya nervroza ve tıknırcasına yeme bozukluğu en yaygın görülen yeme bozukluklarıdır. DSM-5 tanı kriterlerine göre anoreksiya nervroza kısaca; ihtiyaca uygun olmayan biçimde kalori alımını sınırlamanın sonucu olarak belirgin şekilde düşük bir vücut ağırlığında olma, kilo alımından korkma ve kilo alımını zorlaştıran tutumlarda olma şeklinde tanımlanmaktadır (Özlü, Güven, Kenger, Tümer ve Ergün, 2020). Bunlarla beraber, kişinin vücut ağırlığını, bedenini veya biçimini algılayışına dair bir bozukluk söz konusudur; kişi kendini değerlendirirken kilosuna, biçimine ve bedenine fazla anlam yüklediğinden, düşük vücut ağırlığının önemini kavrayamaz. Öte yandan, tıknırcasına yeme bozukluğu; benzer şartlar ve sürede çoğu insanın yiyebileceğinden çok daha fazla besini kısa bir zaman içinde yeme ve bu zaman dilimi içinde

yerken, yeme üzerindeki denetiminin ortadan kalkmasıyla tanımlanır. Kişi tıkinırcasına yeme ataklarında çok hızlı ve kendisini rahatsız edecek düzeyde tokluk hissedene kadar yer. Yeme atakları fiziksel açlığın görülmediği ve genellikle kişi tek başına olduğu zamanlarda gerçekleşir ve tıkinırcasına yeme sonlandıktan sonra kendinden tiksime, çöökkünlük, pişmanlık, suçluluk duyma görülür. Tıkinırcasına yeme yalnızca bulimiya nevroza veya anoreksiya nevrozanın gidişatı sırasında ortaya çıkmaz; başlı başına da görülebilir. Bulimiya nevroza ise; yineleyici tıkinırcasına yeme atakları ve ataklar sonrasında kilo almaktan kaçınma amacıyla kendini kusturma, laksatif ilaçlar veya idrar söktürücü (diüretik) ilaçlar kullanma ya da diğer ilaçları kötüye kullanma, ataklar arası yememe veya aşırı spor yapma gibi yineleyen telafi davranışlarında bulunma ve sonra tekrar tıkinırcasına yeme atağı, devamında tekrar telafi davranışları kısır döngüsünün olduğu yeme bozukluğu olarak tanımlanır. Kişi kendini vücut ağırlığı, biçimi ve görüntüsüyle değerlendirir (*Amerikan Psikiyatri Birliği, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, 2014). Yeme bozukluklarında bedensel belirtiler ön planda olsa da yeme bozukluğu psikolojik bir rahatsızlıktır ve yeme bozukluklarının oluşumu için özgün bir neden henüz bulunamamıştır. Öte yandan, psikolojik bir rahatsızlık olan yeme bozuklukları vücuttaki pek çok organı ve organların işleyişini olumsuz yönde etkileyebilirken, ilerlediğinde ve/veya tedavi edilmediği takdirde; kalp ve damar rahatsızlıkları, sindirim sistemi bozuklukları, hormonal değişiklikler, kemik sorunları, diş sorunları, kansızlık gibi tıbbi sorunların ortaya çıkmasına neden olabilir (“Yeme Bozuklukları”, t.y., par. 13).

Bunlarla beraber, kadınlar üzerinde yapılan bir çalışmada yeme bozukluğuna sahip kadınlarda öz-saygı düşüklüğü, yüksek düzeyde dürtüsellik, kişisel standartlar ve olası hatalarla ilgili daha çok endişe duyma, eylemler hakkında şüphe, nevrotiklik ve yenilik arayışında olmanın yaygın olarak görüldüğü sonucuna varılmıştır. (Wade, Bergin, Martin, Gillespie ve Fairburn, 2006).

Bir psikopatolojik bozukluk olan anoreksiya nevroza ve bulimiya nevroza oldukça karmaşık ve çeşitli görünümündedir. Öte yandan, ikisinin de belirli ve genel özellikleri vardır. Bu özellikler; rahatsız edici yeme alışkanlıkları (beslenmede aşırı kalori kısıtlaması, bulimiya epizotları, kalabalık içinde yemekten kaçınma), çeşitli kilo kontrol yöntemleri (kendini kusturma, laksatif ve diüretik ilaçların kötüye kullanımı, aşırı egzersiz, aşırı diyet yapma gibi telafi davranışları), vücut ağırlığı ve şekliyle aşırı uğraş içeren düşüncelere sahip olmak olarak sıralanabilir. Anoreksiya nevroza ve bulimiya nevrozanın genel psikopatolojisi ise, depresif ve anksiyete semptomları gibi diğer psikiyatrik bozukluklarda bulunan özelliklerle benzerlik gösterir (Cooper, Cooper ve Fairburn, 1989).

1.3.2 Fizyolojik Açlık ve Duygusal Yeme

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından, sağlık, yalnızca hastalık ve/veya sakatlık durumunun söz konusu olmayışına ek olarak; kişinin fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan tam bir iyilik hâlinde olma durumu olarak tanımlanmaktadır.

Kişinin sağlıklı olabilmesinin ön koşullarından biri de yeterli ve dengeli besleniyor olmasıdır. Beslenme kişi için yaşamsal bir ihtiyaç olup kişinin büyümesi, sağlıklı gelişimi, yaşam fonksiyonlarının işlevselliğini koruması, kendini dinç ve üretken hissedebilmesi için kritik öneme sahiptir. Bu bağlamda, kişinin hayatını idame ettirebilmesi için 50'den fazla besin alımına ihtiyaç duyduğu belirtilmekte olup sağlıklı büyüme, gelişim, fiziksel ve zihinsel aktivitelerin sağlıklı biçimde sürdürülebilmesi için bu besinleri hangi ölçüde alması gerektiği hesaplanmıştır. Bu besinlerden gereğinden fazla ya da az alındığı takdirde yetersiz ve dengesiz beslenme başlayıp kişinin sağlığı bozulmakla karşı karşıya gelebilir (İnalkaç & Arslantaş, 2018).

Hipotalamus, vücuttaki besin alımı ve enerji yakımı arasındaki dengeyi sağlayan duyuların merkezidir. Bu merkez vasıtasıyla su, enerji ve diğer besinlere duyulan ihtiyaç, kendini açlık ve susama hissiyatı olarak gösterir. Vücuttaki enerji kaynaklarıysa karbonhidratlar, yağlar, proteinler ve az miktarda da olsa mineral ve vitaminlerdir (Altın, 2017).

Beslenme yaşamsal bir gereksinim olmakla birlikte; kendini fizyolojik açlık ve susama ihtiyacı olarak göstererek kişiye besin alımı zamanının geldiğine dair bir nevi sinyal verir. Kişi ihtiyaç sinyallerini duymadığında ve/veya bu sinyaller gelmeden ya da geldiğinde sinyallere yeterli ve dengeli besinlerle karşılık vermediğinde sağlık tanımının dışına çıkmaya başlayarak, bedensel ve ruhsal iyilik hâline, sağlıklı büyüme ve gelişimine ket vurabilir.

Fizyolojik açlık gerçek açlığı ifade etmektedir. Bir başka ifadeyle, mide guruldaması, baş ağrısı, yorgunluk, halsizlik, odaklanmakta güçlük gibi belirtilerin bir veya birden fazlasının görüldüğü, kan şekeri düşmenin başladığı, 4-5 saatlik bir açlığın sonrasında başlayan açlığa karşılık gelmektedir. Fizyolojik açlıkta temel amaç, alınacak besinin içeriği ve/veya çeşidinden ziyade besine ulaşmaktır.

Duygusal açlık, fizyolojik açlık olmasa bile yani doyum sağlanmış olsa da emosyonel tetikleyicilere verilen yanıt olarak oluşan açlık durumudur. Duygularına göre beslenen kişiler, açlıklarının fizyolojik olup olmadığını ayırt etme imkânı bulamazlar. Stres, anksiyete, depresyon, üzüntü, öfke, kızgınlık, mutluluk gibi duygular besin tüketimini artırıp veya azaltıp kişinin beslenme alışkanlıklarını bozabilmektedir (Çolak & Aktaş, 2019). Duygusal açlıkta

fizyolojik açlığın aksine, açlığın fiziksel belirtileri görülmezken; kişi daha çok karbonhidratlı besinleri tüketmek ister. Dolayısıyla odaklanılan, besinin içeriği ve çeşididir. Bir diğer ifadeyle, duygusal yeme, açlık hissi veya bir sonraki öğünün vakti geldiği ya da sosyal gereklilik durumu söz konusu olduğu için değil; yalnızca duygulanıma karşılık belirdiği varsayılan yeme davranışı olarak tanımlanmaktadır. Öte yandan, duygusal yemenin olumsuz duygularla tetiklendiği ve genellikle gizlice, kişi evde ve mümkünse yalnızken yapıldığı ortaya konmuştur. Tüm bunlarla beraber, duygusal yeme genellikle düşük benlik saygısı, yetersizlik duygusu ve yeme bozukluklarıyla ilişkilendirilmektedir. Ek olarak, duygusal yemesi olan kişilerin duygusal yeme davranışının sıklıkla uygunsuz baş etme stratejisinin bir neticesi olduğu öne sürülmektedir (Sevincer & Konuk, 2013).

Özetlemek gerekirse, fizyolojik açlık ve emosyonel açlık belirtileri birbirinden farklı olmakla beraber, açlığı giderme davranışları da birbirinden farklıdır. Fizyolojik açlıkta kişinin midesinde kazınma, guruldama, burukluk olabilmekte ve kan şekeri düşebilmektedir. Öte yandan, kişi atıştırma davranışları veya herhangi bir sebze, meyve gibi enerji içeriği daha düşük olan bir besinle açlığını yatıştırabilir. Buna karşın, emosyonel açlıkta durum farklıdır. Emosyonel açlık ani başlangıçlı olmakla beraber herhangi bir fizyolojik belirti göstermemektedir. Dolayısıyla, kişi bulduğu ne varsa yiyecek durumda olup genellikle tercihini enerji içeriği yüksek besinlerden yana kullanmaktadır (Serin, 2018).

1.3.3 Duygusal Yeme Davranışı

Yeme davranışlarını homeostatik ve hedonistik yeme olarak ikiye ayıracak olursak; duygusal yeme hedonistik yeme davranışının içinde yer alacaktır. Yeme davranışının psikolojik tarafını temsil eden hedonistik yemede, kişi lezzetli besinlere karşı konulmaz bir istek duyar ve bu besinleri tüketmekten oldukça keyif alır. Hedonistik yeme tutumu olan kişilerin tüketebilecekleri besini tercih etmelerindeki temel sebep, yeterli ve dengeli unsurları içeren besinler seçmek değil; kendilerine keyif verecek, kendilerini mutlu edecek ve damak zevkine uyuyor olmasıdır (Güzey, 2014). Obeziteye davetiye çıkaran hedonik beslenme; emosyonel yeme, yüksek yağlı yiyecek tercihi, tıknırcasına yeme, sık sık atıştırma gibi kilo artışına yol açan yeme davranışlarıyla korelasyon içindedir (Güzey, 2014). Her bir birey, beslenme gereksinimini karşılarken farklı yeme tutumları sergileyebilir. Yeme tutum ve davranışların farklılaşmasında genetik, çevresel, hormonal etmenler etkili olabileceği gibi kişinin duygu durumu, sosyo-ekonomik düzeyi, geçmiş yaşantıları, kültürel ve dini inançları, aile yapısı, ebeveyn tutumları,

medya, beden algısı, iştah gibi etmenler de etkin rol oynamaktadır (Deveci, Avcıkurt ve Deveci, 2017).

Yemek yeme fizyolojik ve biyolojik bir ihtiyaç olmakla birlikte, yemek yemenin psikolojik açıdan önemi de göz ardı edilmemelidir. Kişiler kendilerini sıkışmış hissettiklerinde, öfke duyduklarında ya da stresli olduklarında, üzgün hissettiklerinde, keyifli olduklarında veya buna benzer durumlarda her zamanki rutin beslenme alışkanlıklarından daha farklı besinleri tüketebildikleri gibi, daha farklı yeme davranışları da gösterebilirler. Bu bağlamda, kişilerin duygu durumlarının beslenme ve yeme tutumlarına etkisi üzerine yapılan pek çok çalışma olmakla beraber, çalışmalar yapılmaya devam etmektedir. Yapılan araştırmalar özellikle olumsuz duygu durumunun (öfke, üzüntü, pişmanlık, hayal kırıklığı vb.) ve kaygı düzeyinin kişinin besin alımını ve yeme davranışını artırabildiği gibi azaltabildiğini de ortaya koymaktadır. Bu sebeple, kişilerin yeme davranışlarını değerlendirirken psikolojik etkinin de her daim göz önünde bulundurulması önemli bir gereklilik olarak karşımıza çıkmaktadır. Kişinin mevcut vücut ağırlığını kontrol etme veya kilo kaybı sağlamak için bilinçli olarak besin alımını kısıtladığı yeme davranışı olarak ele alınan bilişsel kısıtlama ve kişinin besin alımı üzerinde kontrolü kaybettiği, bilinçli olarak besin almadığı ve normalden fazla besin tükettiği yeme davranıştıysa kontrolsüz yeme davranışı olarak ele alınırken; bir diğer yeme davranışı duygusal yeme davranışı olarak karşımıza çıkar.

Duygusal yeme davranışı kısaca kişinin duygu durumunun besin alımını etkiliyor olması olarak tanımlanabilirken; bahsedilen duygu durum ve duygu değişimleri genellikle öfke, hayal kırıklığı, pişmanlık, yalnızlık, depresyon, kaygı gibi olumsuz atfedilen duygu durum ve duygu değişiklikleri durumlarında görülür (Deveci ve ark., 2017). Bu kişiler yemek yemeyi olumsuz duygularla başa çıkma için bir araç olarak kullanırlar (Akdevelioğlu & Yörüşüm, 2019). Bir diğer ifadeyle, bir nevi olumsuz duygularla baş etme yöntemi olarak kullanılan duygusal yeme davranışı; etkin ve sürdürülebilir bir baş etme yöntemi olmadığı için besin alımından kısa bir süre sonra devam eden mevcut olumsuz duyguların varlığı, kişinin duygusal yeme davranışında sürekliliğe sebep olabilir.

Brunch'ın (1964) stresin varlığında aşırı yeme tutumu gösteren kişilerle yaptığı çalışmada, kişilerin besin alımı ve yemek yeme hislerinin açlıktan mı veya olumsuz duyguların varlığından mı yapıldığının ve oluştuğunun ayrımını kişilerin yapamadığı ortaya konulmuştur. Bir başka ifadeyle, duygusal yeme davranışı; kişide açlık hissi oluşturduğu veya öğün zamanı geldiği ya da bir sosyal gereklilik olduğu için değil, yalnızca duygulanıma bağlı ortaya çıkmaktadır. Bu

bağlamda duygusal yeme davranışıyla, kişinin yaşadığı duygu değişimleri ve kişinin duygu durumu doğru orantılı bir ilişkiye sahiptir (Leblebicioğlu, 2018). Öte yandan, kişi yaşanan duygu değişimleri ve olumsuz duygular karşısında keyif almadan abur cubur tüketerek duygu durumunu düzenlemeye çalışmaktadır. Ayrıca, yapılan çalışmalar duygusal yemenin gün içinde ve/veya öğün zamanlarında değil, daha çok gece ve ara öğünlerde gerçekleştiğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda tercih edilen besinler gözlemlenmiş ve olumlu duygulanımdaki kişilerin et, pizza gibi lezzetli ve doyurucu besinleri tercih ettikleri; olumsuz duygulanımdaki kişilerin ise kurabiye, çikolata, dondurma gibi tatlıları tercih ettikleri görülmüştür (İnalkaç & Arslantaş, 2018).

Olumsuz duygu durumları karşısında besin alımında artışın veya azalmanın olması kişiye göre değişebilmekle birlikte; Robbin ve Fray (1980) tarafından yapılan bir araştırmada, araştırmaya katılan kişilerden çeşitli duygu durumlarında kendilerini hayal etmeleri istenerek, farklı duygu durumlarında besin tüketimlerinin nasıl olduğu kayıt altına alınmıştır. Araştırma sonucuna göre gerginlik, korku, derin üzüntü gibi daha güçlü duygulanımlarda huzursuzluk, depresif ruh hâli, kaygı, üzüntü gibi daha hafif hissedilen duygulanımlara göre kişilerin daha az besin aldığı görülmüştür. Bu bağlamda yoğun ve güçlü olumsuz duygulanımlarda kişinin besin alımının azaldığı, daha hafif olumsuz duygulanımlardaysa besin alımının arttığı ortaya konulmuştur (Seven, 2013).

Ayrıca, besin alımının duygularla olan ilişkisi çift yönlüdür. Yani hem duygular yenilecek yiyeceği belirlemekte etkili olmakta hem de yenilen yiyecekler kişinin ruh hâlinde değişim yaratmaktadır. Olumsuz duygulanımlarda (kaygı, stres, üzüntü, korku vb. gibi) rahatlamak ve baş etmek amacıyla fizyolojik açlık söz konusu olmadığı hâlde emosyonel beslenmenin olması sağlıklı bir yeme tutumu değildir. Duygusal yeme devam ettiği sürece obezite, depresyon, kalp-damar hastalıkları, hormonal rahatsızlıklar ve yeme bozukluklarına sebep olabilmekte ve dolayısıyla hem metabolik hem de psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir (Ünal, 2018).

Psikosomatik teoriye (Bruch, 1973) göre, duygusal yeme çocukluk dönemindeki hatalı ve kafa karışıklığına sebep olan yaşantıların açlık ve tokluğun birbirine karışmasına sebep olması sonucu strese yanıt olarak verilen hatalı yeme davranışdır. Öte yandan, yapılan çalışmalarla duygusal yemenin sebebi kesin olarak bilinmemekle birlikte, duygusal yeme olumsuz duygulanımlar ve beslenmeyle kazanılan ödül arasında koşullu ilişki geliştiren kişilerde görülebilir. Örnek vermek gerekirse; çocukluk döneminde besin alımını bir rahatlama aracı

olarak kullanan veya çocukluk döneminde duygularını yansıtmayı ve/veya regüle etmeyi öğrenmemiş yetişkinlerde duygusal yeme davranışı gözlemlenebilir (Altıntaş & Özgen, 2017). Dolayısıyla bu kişiler, açlık-tokluk hislerine veya içsel uyaranlarına yanıt olarak değil, duygularına yanıt olarak besin tüketiyor olurlar (Altıntaş ve Özgen, 2017). Ayrıca, duygusal yemenin bilinçli ve bilinçli olmayan bileşenleri olduğu söylenebilirken; olumsuz duygulanıma, duygu durum değişikliğine veya strese yanıt olarak yemek bilinçli bir tercih olurken, duygularını ayırtıramayan, farkında olmayan, yansıtamayan veya regüle edemeyen kişiler için yemek bilinçli olmayan bir biçimde yani otomatik bir reaksiyon olarak karşımıza çıkabilir (Altıntaş ve Özgen, 2017).

1.3.4 Üç Aşamalı Macht Modeli

Yapılan çalışmalar ve anketlerden elde edilen veriler, çoğu insanın hayatının bir döneminde yeme davranışında duygu kaynaklı değişiklikler olabileceğini göstermektedir. Örneğin; gündelik hayatta karşılaşılan olumsuz durum/olaylara karşı hissedilen olumsuz duygulanımlarla, besin alımıyla baş etmeye çalışma görülmekle birlikte; bu tip durumlarda özellikle yağlı, tatlı ve yüksek karbonhidratlı besinleri tüketmeye dair istek artmaktadır. Öte yandan, besin alımının olumsuz duygulanımlarla baş etmek adına yapılmasının, herhangi bir yeme bozukluğu tanısı almamış ve sağlıklı vücut ağırlığında olan, sağlıklı bireylerde de görüldüğü ortaya konmuş olmakla birlikte; buna dair bulgular oldukça seyrek (Macht, Haupt ve Salewsky, 2004).

Yeme alışkanlıkları ve kişinin duygu durumu (özellikle üzüntü, kaygı, öfke gibi olumsuz duygular) arasında bir ilişki olduğu bilinmekle beraber, bu duruma sebep olan etmenler veya hangi mekanizmaların devreye girdiğinin bilinmesi duygusal yemenin önüne geçmekte büyük bir öneme sahiptir (Bilgen, 2018). Bu etmenlerin ne olduğu tam olarak bilinmemekle birlikte, bu bağlamda duygusal yemenin fizyolojik, psikolojik mekanizmaları ve üç aşamalı macht modelinden bahsedilmektedir.

Duygulanıma karşı gerçekleştirilen yeme davranışının ardındaki fizyolojik mekanizmalar tam olarak bilinmemekle birlikte; çoğunlukla, alınan besine bağlı gerçekleşen fizyolojik değişimlerin kişinin duygu durumunu düzenlemeye yardımcı olduğuna dair görüşler ön plandadır. Bu görüşe göre, yüksek karbonhidratlı besin tüketiminden sonra kişinin ruh hâlinde iyileşme görülebilmektedir. Aynı zamanda bu iyileşme hâli, besin alımından sonra beyinde serotonin miktarının artmasıyla da ilişkili bulunmaktadır. Yüksek karbonhidratlı besinlerin yanı sıra, proteinlerin de duygu durum üzerine pozitif etki ettiği öne sürülmektedir. Bu pozitif etki

de besindeki proteinle, kan-beyin bariyerindeki triptofan seviyesinin artarak vücutta serotonin hormonunun artmasını sağlamasıyla ilişkili bulunmuştur (İnalkaç ve Arslantaş, 2018).

Fizyolojik bir ihtiyaç olmasının yanı sıra aynı zamanda sosyal bir gereklilik ve/veya aktivite olan beslenme, yalnızca fizyolojik açlık olarak değil, bazen de psikolojik bir dürtü olarak da ortaya çıkabilir. Diğer bir ifadeyle, fizyolojik açlık görülmezken de yeme davranışı görülebilir. Besin alımının psikolojik mekanizması, yani hedonistik yanı olarak da tanımlanan bu durum; kortiko-limbik nöral ağ ve yemek yemenin psikolojik etkileri (bilinç, motivasyon, duygular) tarafından düzenlenmektedir (Güzey, 2014).

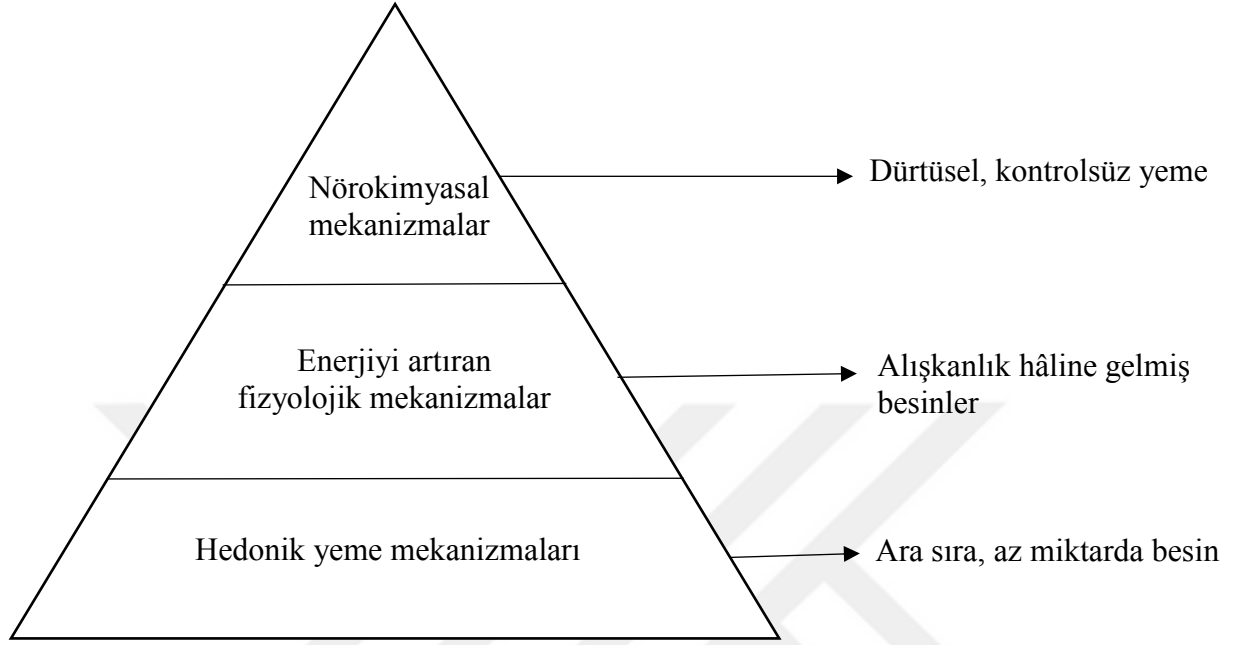
Özellikle yüksek karbonhidratlı yiyecekler, çikolata gibi tatlı ve şekerli besinlerle B vitamini gibi mikro besin öğelerinin duygu durum üzerine olumlu etki ettiği görülmektedir. Bu bağlamda, bu besinlerin sağladığı olumlu etkiye serotonin hormonuyla ilişkilendirilmektedir. Ek olarak şeker, yağ ve karbonhidrat oranı fazla olan besinler endorfin hormonunu açığa çıkarak kişinin ruh hâlinde iyileşme sağlamaktadır (Taş, 2018).

Macht tarafından emosyonel yemeyle ilgili üç aşamalı bir model geliştirilmiştir. Macht ve Simon'a göre yiyecekler fizyolojik ve emosyonel etkiliktir. Enerji oranı yüksek yiyeceklerin fizyolojik etkileri farklı olabilirken, psikolojik olarak da hormonlar ve nörotransmitter sistem üzerindeki etkileri farklı olabilmektedir. Öte yandan, lezzetli besinler kişide olumlu duygular oluşturabilirken, ruh hâlinde de iyileşme sağlama etkisine sahiptir. Duygusal yemede tıknırcasına yiyen kişiler olabilirken, yediğinin tadını çıkartarak yavaş yavaş yiyen kişiler de olabilir çünkü yeme davranışı da diğer tüm davranışlar gibi kişiye özgü gerçekleşir. Buna karşın, Macht ve Simon emosyonel yemenin üç farklı düzeyi olduğunu belirten bir model geliştirmiş ve bu bağlamda bir genelleme yaparak farklı yeme tutumlarını gruplandırmışlardır (Taş, 2018). Bu üç farklı düzey, duygusal yemenin şiddetini göstermektedir.

İlk aşamada kişiler kendilerini daha iyi hissetmek ve duygularını regüle etmek amacıyla kısıtlı besin alır ve bu az miktarda besin genellikle lezzetli ve şekerli yiyeceklerden (çikolata, dondurma, kek gibi) oluşur. Bu düzeyin temel prensibi hazdır ve kişiler genellikle kalorisi yüksek besinleri tercih ederler. Öte yandan, bu düzeyin bir diğer ayırıcı noktası, kişi ihtiyaç duyduğunu düşündüğünde besin alır.

İkinci aşamada, kişiler duygularını regüle etmek amacıyla besin alımını artık bir alışkanlık hâline getirmişlerdir. Bu aşamada psikolojik mekanizmaların yanı sıra fizyolojik mekanizmaların etkisi de ortaya çıkmaya başlar. Besin alımından sonra kişinin enerjisi artar ve gerginliği azalır. Sonuncu aşamadaysa, kişilerde dürtüsel yeme davranışı gelişmiştir. Bu

aşamada kişinin duygularını regüle edebilmesi ve yatıştırabilmesi için fazla oranda besin alımı gerçekleşir. Burada da psikolojik mekanizmanın yanı sıra fizyolojik mekanizmalar da etkilidir.



Şekil 1. Üç Aşamalı Macht Modeli

1.4 Çalışmanın Amacı

Bu araştırmada duygusal yeme tetikleyicileri, romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyum düzeyleri ve algıladıkları ilişki kalitesi üzerinden değerlendirilecektir. Bir diğer ifadeyle, romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesiyle duygusal yeme davranışı arasında nasıl bir ilişki olduğu araştırılacaktır.

Literatürde duygusal yeme davranışını ortaya çıkaran etmenler özgün ve net bir şekilde bilinmemekle birlikte; özellikle olumsuz duygularla baş etme ve duyguları regüle etme amacıyla yapıldığı bilinen duygusal yeme davranışının daha önce romantik ilişkilerdeki algılanan ilişki kalitesi ve cinsel doyum üzerinden incelendiğine rastlanmamıştır. Bu bağlamda yapılan araştırmalar, kilo ve vücut görünümüyle alakalı gerçekçi olmayan inanış ve uğraşların cinsel işlev bozukluklarıyla ilişkisi ve özellikle yeme bozukluğu yaşayan kadınların cinsellikleri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Öte yandan araştırmada, herhangi bir yeme bozukluğu tanısı almamış romantik bir ilişkisi olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kaliteleri ve

cinsel doyum düzeylerinin duygusal yeme davranışını ortaya çıkarıp çıkarmadığını, sağlıklı olmayan yeme tutumları geliştirip geliştirmediklerini keşfetmek temel amaçlardandır.

Emosyonel yeme özellikle kişinin yakın çevresinden alamadığı ilgi, alaka ve sevgiyi, kendisine besin yoluyla vererek iyi hissetme, mutlu olma çabası ve yemeden alacağı hazla olumsuz duygularla baş etme yoludur. Kişi kilo artışı yaşamak istemese bile besin alımına dair isteğini durduramıyorsa, emosyonel yemenin varlığından bahsedilebilir (Genç, 2019). Öte yandan, emosyonel yeme davranışı olan kişiler olumsuz duygulardan kurtulmak için besin alımını bir kaçış yolu gibi görürken; emosyonel yeme kendini aşırı yeme, atıştırma, gece yeme, tıknırcasına yeme şeklinde gösterebilir. Bu durumlar genellikle besin kısıtlaması ve/veya diyet yapan kişilerde görülürken; normal kiloda olan veya obezite tanısı almış kişilerde de görülebilir (Genç, 2019). Bu bilgiler ışığında, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumlarında ve algıladıkları ilişki kalitesindeki düşüklüğün ilgi, alaka, sevgi, tutku, aşk, arkadaşlık düzeyinde azalmaya yol açabileceği ve dolayısıyla kişilerin olumsuz duygulanımlar yaşamasına sebep olabileceğinden, duygusal yeme davranışı veya duygusal yeme eğilimi gösterebileceği göz önünde bulundurulmuş ve romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesiyle duygusal yeme davranışı arasındaki ilişki araştırılarak duygusal yemeyi tetikleyen faktörlere katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

Bununla birlikte, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyum düzeyleriyle duygusal yeme davranışı göstermeleri arasında cinsiyet üzerinden anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak da bir diğer amaçtır. Ayrıca, romantik ilişkiler flört dönemi ve evlilik olmak üzere iki alt başlıkta ele alınacak olup bu bağlamda romantik ilişkisi olan kişilerin algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyum hem kadın ve erkek hem de evlilik ve flört dönemi üzerinden incelenecektir.

Partnerler arasındaki uyum, ilişkilerindeki neredeyse bütün alanları olumlu yönde etkileyen faktörlerden biridir. Cinsellik ise; cinsel doyum ve partnerlerin uyumla beraberliklerini kapsayan sosyal kurallar, değer yargıları ve tabularla belirlenmiş ve biyolojik, psikolojik, sosyal dinamikleri olan özel bir yaşantıdır. Cinsellik yoğun haz almakla ilgili olsa dahi haz almaya dair her tutum cinselliği içermez. Dolayısıyla cinsellik haz almaya dair her tutumu içermese de fiziksel seksten öte bir şeydir ve ancak uygun yer-uygun zaman-uygun eş ile yapılan cinsellikte sağlıklı ve sağlıklı olmayan cinsellikten bahsetmek mümkün olacaktır (Gülsün ve ark., 2009). Bu bağlamda süregiden bir ilişkinin varlığı çalışmanın geçerlilik ve güvenirliliği için önemli olarak görülmüş ve araştırma yalnızca romantik ilişkisi olan kadın ve erkekleri kapsayacak şekilde dizayn edilmiştir.

Cinsellik dolaylı veya direkt olarak kişinin yaşam kalitesi üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Evlilikte cinselliğe baktığımızda; yapılan araştırmalar eşlerin birbirlerine fiziksel olarak uzak olmalarının ve cinsel aktivitelerde azalmanın evlilikte doyum, mutluluk ve paylaşım arasında ters orantı olduğunu göstermektedir. Cinsel doyum, eşlerin cinselliklerini algılayış biçimi, cinsel ilişkinin sıklığı gibi faktörlerle evlilikte mutluluk, doyum ve paylaşım arasında doğru orantı olduğu yapılan başka çalışmalarla desteklenmektedir (Gülsün ve ark., 2009). Dolayısıyla, cinsel doyumun ve cinsel ilişkinin sıklığının azalması aynı zamanda algılanan ilişki kalitesini; eş zamanlı olarak, algılanan ilişki kalitesinin de cinsel doyumunu doğru orantılı bir şekilde etkilediği savunulmaktadır. Bir diğer ifadeyle, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi arasında doğru orantılı ve çift yönlü bir ilişki olduğu savunulmakta; araştırmada bu ilişkiyi incelemek amaçlanmaktadır. Bu bağlamda, evlilik süresi, eşlerin yaşı, çocuğun varlığının da bu çift yönlü ilişkide anlamlı bir farklılık yaratacak dinamikler olup olmadığını ortaya koymak bir diğer amaçlardandır.

İlişki kalitesi, romantik ilişkisi olan (evli veya flört dönemi) kişilerin ilişkilerine dair bireysel değerlendirmelerdir. Evli kişilerde algılanan ilişki kalitesinin yüksekliği ilişki uyumu, güçlü iletişim, evlilikten alınan artmış doyum ve mutlulukla yakından ilişkili bulunmuştur. Öte yandan, ilişkideki süregiden ve çözüme kavuşmayan ilişki çatışmalarıysa cinsel istek, uyarılma, temasta bulunma, yakın ilişki kurma ve tutumları olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu bağlamda, partnerlerin cinsel doyum düzeyi, birbirleriyle ilişkileri, algılanan ilişki kaliteleri ve evlilik direkt veya dolaylı olarak birbirleriyle ilişki hâlinindedir (Türkseven, Söylemez ve Dursun, 2020).

Benzer durumun flört dönemi için de geçerli olduğunu söylemek mümkündür. Partnerlerin algıladıkları ilişki kaliteleri ve cinsel doyum düzeyleriyle ilişki uyumu birbirleriyle iç içe, doğru orantılı ve çift yönlü bir etkililiktir. Tüm bunlar ışığında, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyum düzeylerinin duygusal yeme davranışıyla ters orantılı olduğunu ortaya koymak amaçlanmaktadır.

Duygusal yeme davranışı bulimia nevroza ve tıknırcasına yeme bozukluğunda da görülmekle birlikte, obezite tanısı almış kişilerde de görülebilirken; ideal vücut ağırlığı aralığında olan kişilerde de görülebilir fakat bu bağlamda romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin beden kitle indeksine (BKİ) de bakılacak olup cinsel doyum, algılanan ilişki kalitesiyle duygusal yeme davranışı arasında tutarlı ve anlamlı bir etmen olup olmadığını ortaya koymak bir diğer amaçtır. Beden kitle indeksi (BKİ), kişinin vücut ağırlığının (kilogram cinsinden), boyunun (metre cinsinden) karesine bölünmesiyle bulunmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü kişilerin beden kitle

indeksine (BKİ) göre sınıflandırma yapmıştır. Bu sınıflandırmaya göre, BKİ değeri 18.50'nin altında olan kişiler zayıf; 18.50-24.99 arasında olan kişiler normal kilolu; 25.00-29.99 arasında olan kişiler fazla kilolu (pre-obez); 30.00-39.99 arasında olan kişiler şişman (obez) ve 40'ın üzerinde olan kişiler obez olarak değerlendirilmektedir (T.C. Sağlık Bakanlığı İstanbul Sağlık Müdürlüğü Sağlık Araştırmaları Şube Müdürlüğü, 2015).

Emosyonel yeme davranışı, otomatik bir davranış değil; duygusal zorlanmalara verilen uygun ve işlevsel olmayan yanıtlardır. Emosyonel yeme davranışında kişi, fizyolojik açlığıyla kendine rahatsızlık veren iç duyuları birbirinden ayıramaz veya kendine rahatsızlık veren iç duyularla baş etmek için besin alır. Öte yandan, daha önce yapılan çalışmalar, beden kitle indeksi değeri pre-obez ve obez aralığında olan kişilerle, zayıf ve normal kilo aralığında olan kişiler arasında stresin varlığında yeme, olumsuz duygulanımlarla başa çıkabilmek için yeme, kendini kontrol edebilme ve uyarıcı besin karşısında kontrol puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla beraber, bu bağlamda yapılan her çalışmanın sonucu birbiriyle tutarlı olmamakla birlikte, genel olarak BKİ pre-obez ve obez aralığında olan kişilerin duygusal yeme davranışı ve eğilimi göstermeleri, BKİ zayıf ve normal aralığında olan kişilere göre nispeten daha çok görülmüştür (Bilgen, 2018). Bu araştırmada da romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin beden kitle indeksiyle duygusal yeme davranışı ve cinsiyetler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak bir diğer amaçtır.

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1 Örneklem

Araştırmanın örneklemini 20-45 yaş arasındaki romantik ilişkisi olan heteroseksüel kadın ve erkeklerden oluşmaktadır. Uygulanacak ölçeklerle 564 kişiye erişilmiş, yapılan veri temizle işlemi sonrası katılımcıların 387'si ile analiz gerçekleştirilmiştir. Örneklem 269 kadın (%69.5) ve 118 erkekten (%30.5) oluşmaktadır. Katılımcılar bilgilendirilmiş onamı kabul ettikten sonra ölçekleri doldurmaya başlamışlardır. Uygulanan anket üç farklı ölçek ve demografik soruları içermektedir. Anket Google Forms uygulaması üzerinden çevrimiçi anket olarak uygulanmıştır. Uygulama yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

2.2 Veri Toplama Araçları

2.2.1 Demografik Bilgiler

Ölçeklere ek olarak katılımcılardan sırasıyla cinsiyet, yaş, boy, kilo, eğitim düzeyi, çalışma durumu, ikamet edilen şehir, ilişki türü, ilişki süresi ve aylık gelirlerini belirtmeleri istenmiştir (Ek 1).

2.2.2 Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği

Katılımcılara 30 sorudan oluşan Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği (Ek 2) uygulanmıştır (Bilgen, 2018). Bu ölçeğin Türkçeye çevirisi, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Sinem Bilgen tarafından yapılmıştır. Bilgen'in araştırması neticesinde Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.96 olarak bulunmuştur. Bu sonuç, duygusal yeme ölçeğinin yüksek derecede güvenilir bir ölçek olduğunu desteklemektedir.

Ölçek faktör analizine göre değerlendirildiğinde, ölçek 4 alt boyuta ayrılmıştır. İlk alt boyut 12 sorudan oluşmaktadır ve gerginlik durumlarında yeme düzeyini ölçmektedir. İkinci alt boyut 10 maddeden oluşmaktadır ve olumsuz duygularla başa çıkabilme için yeme düzeyini ölçmektedir. Üçüncü alt boyut 6 maddeden oluşmaktadır ve kendini kontrol edebilme düzeyini ölçmektedir. Dördüncü ve son alt boyut ise 3 maddeden oluşmaktadır ve uyaran karşısında kontrol düzeyini ölçmektedir. Yanıtlar “Asla”, “Nadiren”, “Bazen” ve “Neredeyse Her Zaman” seçenekleri arasında değişmektedir. Duygusal yeme ölçeğinde tüm soruların cevaplanmasıyla katılımcıların alabilecekleri puanlar 42 ile 138 arasında değişmektedir. Bu ölçek ile kişilerin duygusal yeme davranışını ölçmek amaçlanmaktadır.

2.2.3 Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Romantik ilişkisi olan heteroseksüel kadın ve erkeklerin cinsel doyumları Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Ek 3) kullanılarak ölçülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Ceylan Tuğrul, Nedret Öztan ve Elif Kabakçı tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı erkeklerde 0.92; kadınlarda 0.91 olarak bulunmuştur. Bu sonuç Golombok-Rust cinsel doyum ölçeğinin yüksek derecede güvenilir bir ölçek olduğunu desteklemektedir.

Ölçek kadın ve erkek formu olmak üzere iki şekilde hazırlanmıştır; her form 28 maddeden ve toplam 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeklerin sıklık, iletişim, doyum, kaçınma ve dokunma olmak üzere 5 alt boyutu kadın ve erkekte aynı olmakla birlikte; diğer iki alt boyutlar kadında vajinismus ve orgazm bozukluğu, erkekte ise empotans ve erken boşalma olarak cinsiyet üzerinde farklılaşmaktadır. Yanıtlar “Hiçbir Zaman”, “Nadiren”, “Bazen”, “Çoğunlukla”, “Her Zaman” seçenekleri arasında değişmektedir. Golombok-Rust cinsel doyum ölçeğinde bazı maddeler ters yönde puanlanırken, diğer maddeler 0’dan 4’e artan puanlar almaktadır. Kadın formunda 1, 3, 6, 7, 12, 13, 14, 18, 20, 23 ve 24. maddeler ile erkek formunda 5, 6, 7, 10, 11, 14, 17, 18, 22, 23, 24, 26, 27 ve 28. maddeler dışında kalan maddeler ters yönde yani 4’ten 0’a azalarak puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar cinsel işlevler ve cinsel ilişkinin niteliğine dair bozulmayı göstermektedir. Ölçek kadın ve erkekler için ayrı ayrı değerlendirilebilirken, ölçek kullanılarak çiftler için ortak bir profil de oluşturulabilmektedir. Bu ölçek ile heteroseksüel kadın ve erkeklerin cinsel ilişkilerinin niteliği ve cinsel işlev bozukluklarını değerlendirmek amaçlanmaktadır.

2.2.4 Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği

Romantik ilişkisi olan heteroseksüel kadın ve erkeklerin romantik ilişki kaliteleri Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (Ek 4) kullanılarak ölçülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Ali Serdar Sağkal ve Yalçın Özdemir tarafından yapılmıştır. Çalışma sonucunda Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.86, yapı güvenirliği ise 0.87 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirlik çalışması sonucunda da güvenilirlik katsayısı 0.81 olarak hesaplanmıştır. Bu da ölçeğin yüksek güvenirliğine işaret etmektedir.

Ölçek 6 maddeli kısa form şeklindedir ve her bir madde doyum, adanmışlık, yakınlık, güven, tutku ve aşk boyutlarını temsil etmektedir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır ve tüm soruların cevaplanması ile alınabilecek toplam puanlar 6 ile 42 puan aralığındadır.

Algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeğinde puanların artması, algılanan romantik ilişki kalitesinin arttığı anlamına gelmektedir. Yanıtlar “1 (Hiç)”, “2”, “3”, “4”, “5”, “6”, “7(Çok)” seçenekleri arasında değişmektedir. Bu ölçek ile evlilik öncesi romantik ilişkilerin kalitesini değerlendirmek amaçlanmaktadır.

2.3 İşlem

Mevcut araştırmaya başlamadan önce İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurul onayı alınmıştır. Onay alındıktan sonra anket soruları, örneklem grubuna dahil olan katılımcılara ulaştırılmaya çalışılmıştır. Anketi doldurmadan önce katılımcılardan, bilgilendirilmiş onam yazısını okuyup onaylamaları istenmiştir. Katılımcıların tamamı çalışmaya gönüllülük esasıyla katılmışlardır. Sonrasında ise katılımcılardan cinsiyet, yaş, boy, kilo, eğitim düzeyi, çalışma durumu, ikamet edilen şehir, ilişki türü, ilişki süresi ve aylık gelir olmak üzere 9 demografik soruyu, Duygusal Yeme Ölçeğini, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğini (kadın ve erkek formu) ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeğini doldurmaları istenmiştir. Anket soruları yaklaşık 10 dakikada yanıtlanmıştır.

2.4 Verilerin Analizi

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği kadın ve erkek formu ile; algıladıkları ilişki kalitesi Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeği ile ve duygusal yeme düzeyleri Duygusal Yeme Ölçeği ile ölçülmüştür. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği ve Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeğinden alınan skorlarla romantik ilişkisi olan heteroseksüel kadın ve erkeklerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesi ölçülürken, bu verilerin, kişilerin duygusal yeme davranışları üzerindeki aracı rolünü hesaplamak için Duygusal Yeme Ölçeği kullanılmıştır.

Veriler SPSS 22 paket programı ile analiz edilmiştir. Veri temizleme işlemi gerçekleştirilmiş ve sonucunda 387 katılımcının yanıtı ile analizler yapılmıştır. Betimsel verilerin analizinde yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenleri ile ilgili normallik varsayımı kutu-çizgi grafikleri, dal-yaprak grafikleri, Q-Q grafiği ve çarpıklık-basıklığa dair veriler ile değerlendirilmiştir. Basıklık ve çarpıklık katsayılarının + 2,0 ve - 2,0 arasında yer aldığı durumlarda normal dağılım kabul edilmektedir. Bu çalışmada da çarpıklık ve basıklık değerleri + 2,0 ve - 2,0 aralığında olduğu için parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Ayrıca parametrik testlerin kullanılabilmesi için grup sayılarının 30'dan yüksek olması gerekmektedir (Büyüköztürk ve diğer., 2008). Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel

Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanları demografik özelliklere göre incelenirken fark testlerinde Bağımsız Gruplar t-Testi, Mann Whitney U, ANOVA ve Kruskal Wallis U Testi kullanılmıştır. Bu değişkenler arasındaki ilişkilerde ise Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Varyansların homojenliği varsayımı Levene testi ile incelenmiştir.



BÖLÜM 3: BULGULAR

3.1 Betimleyici Verilerin Analizi

Bu bölümde betimleyici verilere yer verilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik yüzde ve frekans değerleri ile araştırmada kullanılan ölçekler için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	269	69,5
	Erkek	118	30,5
Yaş	18-24	53	13,7
	25-30	168	43,4
	31-35	79	20,4
	36-40	49	12,7
	40 üstü	38	9,8
Eğitim Durumu	Lise	21	5,4
	Üniversite	248	64,1
	Lisansüstü	118	30,5
Çalışma Durumu	Çalışıyor	270	69,8
	Çalışmıyor	56	14,5
	Öğrenci	61	15,8
İlişki Durumu	Evli	147	38,0
	Flört Dönemi	240	62,0
İlişki Süresi	0-1 yıl	107	27,6
	1-2 yıl	58	15,0
	2-5 yıl	104	26,9
	5-8 yıl	34	8,8
	8 yıl üstü	84	21,7
Aylık Gelir	0-2000 TL	60	15,5
	2000-5000 TL	130	33,6
	5000-8000 TL	106	27,4
	8000 TL üstü	91	23,5
Yeme Bozukluğu Tanısı	Var	28	7,2
	Yok	359	92,8
Beden Kitle İndeksi	25 altı	227	58,7
	25-30	120	31,0
	30 üstü	40	10,3

Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular Tablo 1’de verilmiştir.

Katılımcıların 269’u (%69,5) kadın, 118’i (%30,5) erkektir; 53’ünün (%13,7) yaş aralığı 18-24, 168’inin (%43,4) 25-30, 79’unun (%20,4) 31-35, 49’unun (%12,7) 36-40, 38’inin (%9,8) 40 üstüdür; 21’inin (%5,4) eğitim durumu lise, 248’inin (%64,1) üniversite, 118’inin (%30,5) lisansüstüdür; 270’i (%69,8) çalışırken, 56’sı (%14,5) çalışmamaktadır, 61’i (%15,8) öğrencidir; 147’si (%38,0) evli, 240’ı (%62,0) flört dönemindedir; 107’sinin (%27,6) ilişki süresi 0-1 yıl arası, 58’inin (%15,0) 1-2 yıl arası, 104’ünün (%26,9) 2-5 yıl arası, 34’ünün (%8,8) 5-8 yıl arası, 84’ünün (%21,7) 8 yıl üstüdür; 60’ının (%15,5) aylık geliri 0-2000 TL arası, 130’unun (%33,6) 2000-5000 TL arası, 106’sının (%27,4) 5000-8000 TL arası, 91’inin (%23,5) 8000 TL üstüdür; 28’inin (%7,2) yeme bozukluğu tanısı varken, 359’unun (%92,8) yoktur; 227’sinin (%58,7) beden kitle indeksi 25 altı, 120’sinin (%31,0) 25-30 arası, 40’ının (%10,3) 30 üstüdür.

Tablo 2. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) için Betimleyici İstatistikler

Ölçek	Min	Max	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	11	55	27,65	11,15	,411	-,716
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	10	50	24,21	10,30	,686	-,356
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	6	30	16,66	5,15	,240	-,435
TDYÖ-Uyaran Kontrol	3	15	10,21	2,78	-,248	-,513
TDYÖ-Toplam	33	147	78,73	25,85	,452	-,562
ARİKÖ-Toplam	7	42	33,79	6,99	-1,181	1,015
CDÖ (EF)-Sıklık	0	8	3,62	2,42	,103	-,911
CDÖ (EF)-İletişim	0	7	1,14	1,55	1,479	1,737
CDÖ (EF)-Doyum	0	14	4,66	2,96	,593	,536
CDÖ (EF)-Kaçınma	0	8	1,76	1,82	1,061	,675
CDÖ (EF)-Dokunma	0	5	1,02	1,48	1,357	,688
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	0	8	2,73	1,88	,463	-,455

CDÖ (EF)-Erken Boşalma	0	13	3,56	2,96	1,221	1,646
CDÖ (EF)-Toplam	4	54	21,89	9,67	,626	,201
CDÖ (KF)-Sıklık	0	8	3,48	2,20	,113	-,751
CDÖ (KF)-İletişim	0	8	1,87	1,83	,859	,191
CDÖ (KF)-Doyum	0	16	4,03	3,22	,730	,232
CDÖ (KF)-Kaçınma	0	11	3,17	2,64	,945	,348
CDÖ (KF)-Dokunma	0	10	2,00	2,26	1,280	1,174
CDÖ (KF)-Vajinismus	0	16	4,07	3,47	1,021	,758
CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	0	16	4,64	3,47	,853	,458
CDÖ (KF)-Toplam	0	73	26,77	15,09	,770	,321

Tablo 2’de Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanları için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği Gerginlik Durumlarında Yeme alt boyutu için aralık 11-55 arasında, ortalama= 27,65 ve standart sapma= 11,15, çarpıklık= ,411 ve basıklık= -,716 olarak hesaplanmıştır. Olumsuz Duygularla Başa Çıkma alt boyutu için aralık 10-50 arasında, ortalama= 24,21 ve standart sapma= 10,30, çarpıklık= ,686 ve basıklık= -,356 olarak hesaplanmıştır. Kendini Kontrol Edebilme alt boyutu için aralık 6-30 arasında, ortalama= 16,66 ve standart sapma= 5,15, çarpıklık= ,240 ve basıklık= -,435 olarak hesaplanmıştır. Uyarın Karşısında Kontrol alt boyutu için aralık 3-15 arasında, ortalama= 10,21 ve standart sapma= 2,78, çarpıklık= -,248 ve basıklık= -,513 olarak hesaplanmıştır. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği için aralık 33-147 arasında, ortalama= 78,73 ve standart sapma= 25,85, çarpıklık= ,452 ve basıklık= -,562 olarak hesaplanmıştır.

Algılanan Romantik İlişki Ölçeği için aralık 7-42 arasında, ortalama= 33,79 ve standart sapma= 6,99, çarpıklık= -1,181 ve basıklık= 1,015 olarak hesaplanmıştır.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık alt boyutu için aralık 0-8 arasında, ortalama= 3,62 ve standart sapma= 2,42, çarpıklık= ,103 ve basıklık= -,911 olarak hesaplanmıştır. İletişim alt boyutu için aralık 0-7 arasında, ortalama= 1,14 ve standart sapma= 1,55, çarpıklık= 1,479 ve basıklık= 1,737 olarak hesaplanmıştır. Doyum alt boyutu için aralık 0-14 arasında, ortalama= 4,66 ve standart sapma= 2,96, çarpıklık= ,593 ve basıklık= ,536 olarak hesaplanmıştır. Kaçınma

alt boyutu için aralık 0-8 arasında, ortalama= 1,76 ve standart sapma= 1,82, çarpıklık= 1,061 ve basıklık= ,675 olarak hesaplanmıştır. Dokunma alt boyutu için aralık 0-5 arasında, ortalama= 1,02 ve standart sapma= 1,48, çarpıklık= 1,357 ve basıklık= ,688 olarak hesaplanmıştır. Ereksiyon Bozukluğu alt boyutu için aralık 0-8 arasında, ortalama= 2,73 ve standart sapma= 1,88, çarpıklık= ,463 ve basıklık= -,455 olarak hesaplanmıştır. Erken Boşalma alt boyutu için aralık 0-13 arasında, ortalama= 3,56 ve standart sapma= 2,96, çarpıklık= 1,221 ve basıklık= 1,646 olarak hesaplanmıştır. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) için aralık 4-54 arasında, ortalama= 21,89 ve standart sapma= 9,67, çarpıklık= ,626 ve basıklık= ,201 olarak hesaplanmıştır.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık alt boyutu için aralık 0-8 arasında, ortalama= 3,48 ve standart sapma= 2,20, çarpıklık= ,113 ve basıklık= -,751 olarak hesaplanmıştır. İletişim alt boyutu için aralık 0-8 arasında, ortalama= 1,87 ve standart sapma= 1,83, çarpıklık= ,859 ve basıklık= ,191 olarak hesaplanmıştır. Doyum alt boyutu için aralık 0-16 arasında, ortalama= 4,03 ve standart sapma= 3,22, çarpıklık= ,730 ve basıklık= ,232 olarak hesaplanmıştır. Kaçınma alt boyutu için aralık 0-11 arasında, ortalama= 3,17 ve standart sapma= 2,64, çarpıklık= ,945 ve basıklık= ,348 olarak hesaplanmıştır. Dokunma alt boyutu için aralık 0-10 arasında, ortalama= 2,00 ve standart sapma= 2,26, çarpıklık= 1,280 ve basıklık= 1,174 olarak hesaplanmıştır. Vajinismus alt boyutu için aralık 0-16 arasında, ortalama= 4,07 ve standart sapma= 3,47, çarpıklık= 1,021 ve basıklık= ,758 olarak hesaplanmıştır. Orgazm Bozukluğu alt boyutu için aralık 0-16 arasında, ortalama= 4,64 ve standart sapma= 3,47, çarpıklık= ,853 ve basıklık= ,458 olarak hesaplanmıştır. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) için aralık 0-73 arasında, ortalama= 26,77 ve standart sapma= 15,09, çarpıklık= ,770 ve basıklık= ,321 olarak hesaplanmıştır.

3.2 Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

3.2.1 Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler		ARİKÖ-Toplam
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	r	-,027
	p	,595
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	r	-,045
	p	,376
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	r	-,045
	p	,373
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	r	,009
	p	,862
TDYÖ-Toplam	r	-,038
	p	,459

*<.05; **<.01

Tablo 3'te Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanları ile TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme ($r=-,027$; $p>,05$), TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ($r=-,045$; $p>,05$), TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme ($r=-,045$; $p>,05$), TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol ($r=,009$; $p>,05$) alt boyutları ve TDYÖ-Toplam ($r=-,038$; $p>,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler		ARİKÖ-Toplam
CDÖ (EF)-Sıklık	r	-,063
	p	,497
CDÖ (EF)-İletişim	r	-,269
	p	,003**
CDÖ (EF)-Doyum	r	-,443
	p	,000**
CDÖ (EF)-Kaçınma	r	-,235
	p	,010*
CDÖ (EF)-Dokunma	r	-,256
	p	,005**
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	r	-,089
	p	,340
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	r	-,003
	p	,974
CDÖ (EF)-Toplam	r	-,333
	p	,000**

*<.05; **<.01

Tablo 4'te Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) İletişim ($r=-,269$; $p<,01$), Doyum ($r=-,443$; $p<,01$), Kaçınma ($r=-,235$; $p<,05$), Dokunma ($r=-,256$; $p<,01$) alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam ($r=-,333$; $p<,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, Ereksiyon Bozukluğu ve Erken Boşalma alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 5. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler		ARİKÖ-Toplam
CDÖ (KF)-Sıklık	r	-,305
	p	,000**
CDÖ (KF)-İletişim	r	-,399
	p	,000**
CDÖ (KF)-Doyum	r	-,568
	p	,000**
CDÖ (KF)-Kaçınma	r	-,323
	p	,000**
CDÖ (KF)-Dokunma	r	-,398
	p	,000**
CDÖ (KF)-Vajinismus	r	-,160
	p	,009**
CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	r	-,446
	p	,000**
CDÖ (KF)-Toplam	r	-,526
	p	,000**

*<.05; **<.01

Tablo 5’te Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık ($r=-,305$; $p<,01$), İletişim ($r=-,399$; $p>,05$), Doyum ($r=-,568$; $p<,01$), Kaçınma ($r=-,323$; $p<,01$), Dokunma ($r=-,398$; $p<,01$), Vajinismus ($r=-,160$; $p<,01$) ve Orgazm Bozukluğu ($r=-,446$; $p<,01$) alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam ($r=-,526$; $p<,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, belirlenmiştir.

Tablo 6. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler		TDYÖ- Gerginlik Durumlarınd a Yeme	TDYÖ- Olumsuz Duygularl a Başa Çıkabilme	TDYÖ- Kendini Kontrol Edebilm e	TDYÖ- Uyaran Karşısınd a Kontrol	TDYÖ- Toplam
CDÖ (EF)-Sıklık	r	,213	,178	,011	,023	,174
	p	,021*	,054	,903	,803	,059
CDÖ (EF)-İletişim	r	,029	,086	-,008	-,100	,031
	p	,752	,353	,934	,280	,735
CDÖ (EF)-Doyum	r	,034	,050	,020	-,091	,027
	p	,717	,589	,833	,325	,772
CDÖ (EF)- Kaçınma	r	,103	,075	-,016	-,212	,043
	p	,267	,417	,864	,021*	,644
CDÖ (EF)- Dokunma	r	-,084	-,008	,007	-,076	-,051
	p	,365	,935	,940	,412	,584
CDÖ (EF)- Ereksiyon Bozukluğu	r	,072	,122	,016	-,156	,063
	p	,436	,190	,862	,092	,498
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	r	-,022	-,032	,108	,056	,011
	p	,817	,731	,246	,544	,902
CDÖ (EF)-Toplam	r	,084	,091	,033	-,141	,062
	p	,368	,326	,726	,129	,503

*<.05; **<.01

Tablo 6’da Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık ($r=.213$; $p<.05$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkma alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Kaçınma ($r=-,212$; $p<,05$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, İletişim, Doyum, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Toplam puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 7. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler		TDYÖ- Gerginlik Durumlarında Yeme	TDYÖ- Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	TDYÖ- Kendini Kontrol Edebilm e	TDYÖ- Uyaran Karşısında Kontrol	TDYÖ- Topla m
CDÖ (KF)-Sıklık	r	,056	,061	,049	,037	,061
	p	,358	,320	,425	,544	,316
CDÖ (KF)-İletişim	r	-,078	-,062	-,083	-,160	-,090
	p	,203	,313	,174	,009**	,141
CDÖ (KF)-Doyum	r	,197	,219	,140	,011	,199
	p	,001**	,000**	,022*	,858	,001**
CDÖ (KF)-Kaçınma	r	,068	,042	,010	,073	,055
	p	,267	,494	,866	,232	,369
CDÖ (KF)-Dokunma	r	-,019	-,042	-,039	-,035	-,036
	p	,753	,488	,528	,572	,556
CDÖ (KF)-Vajinismus	r	-,072	-,081	-,084	-,108	-,090
	p	,236	,185	,169	,078	,140
CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	r	,170	,179	,106	,039	,168
	p	,005**	,003**	,082	,524	,006**
CDÖ (KF)-Toplam	r	,089	,082	,036	-,022	,075
	p	,146	,180	,556	,718	,220

* $<,05$; ** $<,01$

Tablo 7’de Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum ($r=,197$; $p<,01$) ve Orgazm Bozukluğu ($r=,170$; $p<,01$) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum ($r=,219$; $p<,01$) ve Orgazm Bozukluğu ($r=,179$; $p<,01$) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum ($r=,140$; $p<,05$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) İletişim ($r=,160$; $p<,01$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TDYÖ-Toplam alt boyut puanları ile Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum ($r=,199$; $p<,01$) ve Orgazm Bozukluğu ($r=,168$; $p<,01$) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

3.3. Değişkenler Arasındaki İlişkide Demografik Değişkenlerin Aracı Rolünün İncelenmesi

Bu bölümde Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, ilişki durumu, ilişki süresi, aylık gelir, yeme bozukluğu tanısı, beden kitle indeksi) göre incelenmesine yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi, Mann Whitney U, ANOVA ve Kruskal Wallis U Testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 8. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	Kadın	269	29,26	11,71	4,931 ^a	385	,000**
	Erkek	118	23,96	8,75			
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	Kadın	269	25,84	10,92	5,537 ^a	385	,000**
	Erkek	118	20,51	7,55			
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	Kadın	269	17,06	5,33	2,503 ^a	385	,000**
	Erkek	118	15,73	4,59			
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	Kadın	269	10,29	2,80	,808	385	,420
	Erkek	118	10,04	2,72			
TDYÖ-Toplam	Kadın	269	82,45	27,53	5,030 ^a	385	,000**
	Erkek	118	70,24	19,07			
ARİKÖ-Toplam	Kadın	269	34,22	6,74	1,831	385	,068
	Erkek	118	32,81	7,47			

*<0.05; **<0.01 ^aVaryanslar homojen dağılmadığında kullanılan t değeri

Tablo 8’de Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme ($t_{(385)}= 4,931$; $p<,01$), TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ($t_{(385)}= 5,537$; $p<,01$), TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme ($t_{(385)}= 2,503$; $p<,01$) alt boyutları ve TDYÖ-Toplam ($t_{(385)}= 5,030$; $p<,01$) puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, Kendini Kontrol Edebilme, Uyaran Karşısında Kontrol alt boyutları ve TDYÖ-Toplam puanları, kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur.

TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol alt boyutu ve ARİKÖ-Toplam puanları cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 9. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Yaş Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	18-24 ¹	53	28,64	10,26	,521	4	,211	
	25-30 ²	168	27,77	11,46		382		
	31-35 ³	79	26,81	10,61				
	36-40 ⁴	49	26,41	12,39				
	40 üstü ⁵	38	29,05	10,65				
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	18-24 ¹	53	24,13	10,22	,615	4	,652	
	25-30 ²	168	24,48	10,66		382		
	31-35 ³	79	23,06	9,13				
	36-40 ⁴	49	23,78	11,34				
	40 üstü ⁵	38	26,11	9,85				
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	18-24 ¹	53	17,57	5,21	,714	4	,583	
	25-30 ²	168	16,49	5,32		382		
	31-35 ³	79	16,63	4,96				
	36-40 ⁴	49	15,98	4,87				
	40 üstü ⁵	38	17,03	5,09				
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	18-24 ¹	53	9,94	2,68	,862	4	,487	
	25-30 ²	168	10,38	2,83		382		
	31-35 ³	79	9,97	2,77				
	36-40 ⁴	49	10,63	2,71				
	40 üstü ⁵	38	9,84	2,77				
TDYÖ-Toplam	18-24 ¹	53	80,28	24,13	,427	4	,789	
	25-30 ²	168	79,11	26,67		382		
	31-35 ³	79	76,48	24,46				
	36-40 ⁴	49	76,80	28,12				
	40 üstü ⁵	38	82,03	24,97				
ARİKÖ-Toplam	18-24 ¹	53	34,32	7,71	1,140	4	,337	
	25-30 ²	168	34,42	6,38		382		
	31-35 ³	79	33,20	7,42				
	36-40 ⁴	49	32,31	8,21				
	40 üstü ⁵	38	33,42	5,77				

*<0.05; **<0.01

Tablo 9’da Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, Kendini Kontrol Edebilme, Uyaran Karşısında Kontrol alt boyutları ve TDYÖ-Toplam ve ARİKÖ-Toplam puanları yaş değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 10. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
CDÖ (EF)-Sıklık	18-24 ¹	18	57,33	1,196	4	,879	
	25-30 ²	53	59,29				
	31-35 ³	23	55,48				
	36-40 ⁴	12	63,71				
	40 üstü ⁵	12	67,17				
CDÖ (EF)-İletişim	18-24 ¹	18	56,11	4,540	4	,338	
	25-30 ²	53	59,00				
	31-35 ³	23	55,22				
	36-40 ⁴	12	77,42				
	40 üstü ⁵	12	57,08				
CDÖ (EF)-Doyum	18-24 ¹	18	46,75	9,477	4	,050	
	25-30 ²	53	54,62				
	31-35 ³	23	64,00				
	36-40 ⁴	12	73,42				
	40 üstü ⁵	12	77,63				
CDÖ (EF)-Kaçınma	18-24 ¹	18	48,28	3,865	4	,425	
	25-30 ²	53	61,56				
	31-35 ³	23	61,98				
	36-40 ⁴	12	69,17				
	40 üstü ⁵	12	52,83				
CDÖ (EF)-Dokunma	18-24 ¹	18	42,47	7,975	4	,093	
	25-30 ²	53	59,76				
	31-35 ³	23	68,46				
	36-40 ⁴	12	65,33				
	40 üstü ⁵	12	60,88				
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	18-24 ¹	18	55,78	9,697	4	,046*	2>5
	25-30 ²	53	67,03				
	31-35 ³	23	62,46				
	36-40 ⁴	12	49,08				
	40 üstü ⁵	12	36,58				
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	18-24 ¹	18	63,36	10,194	4	,037*	3>2
	25-30 ²	53	49,73				
	31-35 ³	23	75,74				
	36-40 ⁴	12	64,63				
	40 üstü ⁵	12	60,63				
CDÖ (EF)-Toplam	18-24 ¹	18	52,28	2,904	4	,574	
	25-30 ²	53	56,84				

		31-35 ³	23	64,46				
		36-40 ⁴	12	70,54				
		40 üstü ⁵	12	61,54				
CDÖ (KF)-Sıklık		18-24 ¹	35	151,86	9,821	4	,044*	
		25-30 ²	115	119,53				
		31-35 ³	56	140,01				
		36-40 ⁴	37	141,00				
		40 üstü ⁵	26	161,42				
CDÖ İletişim (KF)-		18-24 ¹	35	139,04	13,952	4	,007**	5>3
		25-30 ²	115	137,07				
		31-35 ³	56	113,20				
		36-40 ⁴	37	126,86				
		40 üstü ⁵	26	178,96				
CDÖ Doyum (KF)-		18-24 ¹	35	124,70	6,087	4	,193	
		25-30 ²	115	135,62				
		31-35 ³	56	122,21				
		36-40 ⁴	37	141,88				
		40 üstü ⁵	26	163,90				
CDÖ Kaçınma (KF)-		18-24 ¹	35	152,36	4,906	4	,297	
		25-30 ²	115	124,75				
		31-35 ³	56	134,48				
		36-40 ⁴	37	141,69				
		40 üstü ⁵	26	148,58				
CDÖ Dokunma (KF)-		18-24 ¹	35	115,54	12,125	4	,016*	5>1
		25-30 ²	115	129,30				
		31-35 ³	56	129,66				
		36-40 ⁴	37	151,46				
		40 üstü ⁵	26	174,50				
CDÖ Vajinismus (KF)-		18-24 ¹	35	161,96	7,697	4	,103	
		25-30 ²	115	135,12				
		31-35 ³	56	117,19				
		36-40 ⁴	37	141,15				
		40 üstü ⁵	26	127,79				
CDÖ Orgazm Bozukluğu (KF)-		18-24 ¹	35	126,37	1,457	4	,834	
		25-30 ²	115	137,40				
		31-35 ³	56	131,04				
		36-40 ⁴	37	132,59				
		40 üstü ⁵	26	147,96				
CDÖ Toplam (KF)-		18-24 ¹	35	140,36	3,668	4	,453	
		25-30 ²	115	131,25				
		31-35 ³	56	125,74				
		36-40 ⁴	37	139,23				
		40 üstü ⁵	26	158,29				

*<0.05; **<0.01

Tablo 10’da Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Ereksiyon Bozukluğu ($H_{(4)}=9,697$; $p<,05$), Erken Boşalma ($H_{(4)}=10,194$; $p<,05$) alt boyut puanları yaşa göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. 25-30 yaş arası katılımcılar, 40 yaş üstü katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu puanlarına sahiplerdir. 31-35 yaş arası katılımcılar, 25-30 yaş arası katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (EF)-Erken Boşalma puanlarına sahiplerdir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık ($H_{(4)}=9,821$; $p<,05$), İletişim ($H_{(4)}=13,952$; $p<,01$) ve Dokunma ($H_{(4)}=12,125$; $p<,05$) alt boyut puanları yaşa göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. 40 yaş üstü katılımcılar, 31-35 yaş arası katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-İletişim puanlarına, 18-24 yaş arası katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-Dokunma puanlarına sahiplerdir. CDÖ (KF)-Sıklık alt boyut puanlarında gruplar arası anlamlı farklılık görülmemiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum, Kaçınma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 11. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	Lise ¹	21	147,81	4,878	2	,087	
	Üniversite ²	248	192,44				
	Lisansüstü ³	118	205,49				
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	Lise ¹	21	142,83	6,563	2	,038*	3>1
	Üniversite ²	248	191,36				
	Lisansüstü ³	118	208,65				
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	Lise ¹	21	174,38	1,110	2	,574	
	Üniversite ²	248	192,50				
	Lisansüstü ³	118	200,64				
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	Lise ¹	21	123,86	8,907	2	,012*	2>1 3>1
	Üniversite ²	248	199,13				
	Lisansüstü ³	118	195,69				
TDYÖ-Toplam	Lise ¹	21	142,45	5,828	2	,054	
	Üniversite ²	248	192,71				
	Lisansüstü ³	118	205,89				
ARİKÖ-Toplam	Lise ¹	21	146,40	4,576	2	,101	
	Üniversite ²	248	193,78				
	Lisansüstü ³	118	202,93				

*<0.05; **<0.01

Tablo 11’de Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının eğitim durumu göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ($H_{(2)}=6,563$; $p<,05$) ve TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol ($H_{(2)}=8,907$; $p<,05$) alt boyut puanları eğitim durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Eğitim durumu lisansüstü olan katılımcılar, eğitim durumu lise olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ve TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol puanlarına sahiplerdir. Eğitim durumu üniversite olan katılımcılar, eğitim durumu lise olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol puanlarına sahiplerdir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Kendini Kontrol Edebilme alt boyutları ve TDYÖ-Toplam puanlarının, ARİKÖ-Toplam puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 12. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
CDÖ (EF)-Sıklık	Lise ¹	9	52,11	1,072	2	585	
	Üniversite ²	77	61,75				
	Lisansüstü ³	32	56,17				
CDÖ (EF)-İletişim	Lise ¹	9	54,50	,343	2	,842	
	Üniversite ²	77	59,29				
	Lisansüstü ³	32	61,41				
CDÖ (EF)-Doyum	Lise ¹	9	71,06	1,150	2	,563	
	Üniversite ²	77	58,25				
	Lisansüstü ³	32	59,27				
CDÖ (EF)-Kaçınma	Lise ¹	9	52,89	,729	2	,695	
	Üniversite ²	77	61,25				
	Lisansüstü ³	32	57,14				
CDÖ (EF)-Dokunma	Lise ¹	9	57,39	,549	2	,760	
	Üniversite ²	77	58,33				
	Lisansüstü ³	32	62,91				
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	Lise ¹	9	58,56	,024	2	,988	
	Üniversite ²	77	59,84				
	Lisansüstü ³	32	58,94				
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	Lise ¹	9	82,33	4,505	2	,105	
	Üniversite ²	77	56,99				
	Lisansüstü ³	32	59,13				
CDÖ (EF)-Toplam	Lise ¹	9	73,00	1,670	2	,434	
	Üniversite ²	77	59,20				
	Lisansüstü ³	32	56,42				
CDÖ (KF)-Sıklık	Lise ¹	12	125,79	2,433	2	,296	
	Üniversite ²	171	140,55				
	Lisansüstü ³	86	125,25				
CDÖ (KF)-İletişim	Lise ¹	12	166,67	2,364	2	,307	
	Üniversite ²	171	132,11				
	Lisansüstü ³	86	136,34				
CDÖ (KF)-Doyum	Lise ¹	12	188,46	6,035	2	,049*	1>2
	Üniversite ²	171	131,90				
	Lisansüstü ³	86	133,70				
CDÖ (KF)-Kaçınma	Lise ¹	12	172,88	3,268	2	,195	
	Üniversite ²	171	134,87				
	Lisansüstü ³	86	129,98				
CDÖ (KF)-Dokunma	Lise ¹	12	140,88	,534	2	,766	
	Üniversite ²	171	132,46				
	Lisansüstü ³	86	139,22				
	Lise ¹	12	178,13	3,954	2	,139	

CDÖ	(KF)-	Üniversite ²	171	133,68			
Vajinismus		Lisansüstü ³	86	131,60			
CDÖ	(KF)-	Lise ¹	12	164,58	3,750	2	,153
Orgazm		Üniversite ²	171	128,88			
Bozukluğu		Lisansüstü ³	86	143,04			
CDÖ	(KF)-	Lise ¹	12	176,96	3,721	2	,156
Toplam		Üniversite ²	171	132,17			
		Lisansüstü ³	86	134,78			

*<0.05; **<0.01

Tablo 12’de Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum ($H_{(2)}=6,035$; $p<,05$) alt boyut puanları eğitim durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Eğitim durumu lise olan katılımcılar, eğitim durumu üniversite olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-doyum puanlarına sahiptir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 13. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	Çalışıyor ¹	270	27,19	11,01	,884	2	,414	
	Çalışmıyor ²	56	28,14	12,74		384		
	Öğrenci ³	61	29,21	10,22				
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	Çalışıyor ¹	270	23,72	9,96	,980 ^a	2	,379	
	Çalışmıyor ²	56	25,34	12,33		384		
	Öğrenci ³	61	25,36	9,72				
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	Çalışıyor ¹	270	16,59	5,16	,715	2	,490	
	Çalışmıyor ²	56	16,25	5,34		384		
	Öğrenci ³	61	17,33	4,93				
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	Çalışıyor ¹	270	10,27	2,73	,884	2	,414	
	Çalışmıyor ²	56	9,77	3,10		384		
	Öğrenci ³	61	10,38	2,67				
TDYÖ-Toplam	Çalışıyor ¹	270	77,77	25,48	,935 ^a	2	,396	
	Çalışmıyor ²	56	79,50	30,38		384		
	Öğrenci ³	61	82,28	22,89				
ARİKÖ-Toplam	Çalışıyor ¹	270	34,06	6,65	,816	2	,443	
	Çalışmıyor ²	56	32,79	8,31		384		
	Öğrenci ³	61	33,54	7,18				

*<0.05; **<0.01 ^aWelch testi

Tablo 13'te Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının çalışma durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, Kendini Kontrol Edebilme, Uyaran Karşısında Kontrol alt boyutları ve TDYÖ-Toplam puanları, ARİKÖ-Toplam puanları çalışma durumu değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 14. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
CDÖ (EF)-Sıklık	Çalışıyor ¹	87	56,85	2,094	2	,351	
	Çalışmıyor ²	10	69,35				
	Öğrenci ³	21	65,79				
CDÖ (EF)-İletişim	Çalışıyor ¹	87	58,25	,513	2	,774	
	Çalışmıyor ²	10	62,80				
	Öğrenci ³	21	63,10				
CDÖ (EF)-Doyum	Çalışıyor ¹	87	60,03	,081	2	,960	
	Çalışmıyor ²	10	58,30				
	Öğrenci ³	21	57,88				
CDÖ (EF)-Kaçınma	Çalışıyor ¹	87	61,84	2,006	2	,367	
	Çalışmıyor ²	10	58,15				
	Öğrenci ³	21	50,43				
CDÖ (EF)-Dokunma	Çalışıyor ¹	87	61,17	2,785	2	,221	
	Çalışmıyor ²	10	65,55				
	Öğrenci ³	21	49,71				
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	Çalışıyor ¹	87	57,32	3,015	2	,342	
	Çalışmıyor ²	10	76,85				
	Öğrenci ³	21	60,29				
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	Çalışıyor ¹	87	56,77	2,145	2	,303	
	Çalışmıyor ²	10	67,05				
	Öğrenci ³	21	67,21				
CDÖ (EF)-Toplam	Çalışıyor ¹	87	57,03	2,389	2	,439	
	Çalışmıyor ²	10	73,65				
	Öğrenci ³	21	63,00				

*<0.05; **<0.01

Tablo 14’te Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) puanlarının çalışma durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir (p>,05).

Tablo 15. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
CDÖ Sıklık	(KF)- Çalışıyor ¹	183	3,42	2,20	,650	2	,523	
	Çalışmıyor ²	46	3,41	2,35		266		
	Öğrenci ³	40	3,85	2,02				
CDÖ İletişim	(KF)- Çalışıyor ¹	183	1,78	1,75	5,352	2	,005**	3>1 3>2
	Çalışmıyor ²	46	1,52	1,80		266		
	Öğrenci ³	40	2,70	2,03				
CDÖ Doyum	(KF)- Çalışıyor ¹	183	3,96	3,20	,165	2	,848	
	Çalışmıyor ²	46	4,22	3,42		266		
	Öğrenci ³	40	4,18	3,14				
CDÖ Kaçınma	(KF)- Çalışıyor ¹	183	3,16	2,71	,853	2	,427	
	Çalışmıyor ²	46	3,52	2,66		266		
	Öğrenci ³	40	2,78	2,27				
CDÖ Dokunma	(KF)- Çalışıyor ¹	183	2,08	2,30	1,021	2	,362	
	Çalışmıyor ²	46	2,07	2,54		266		
	Öğrenci ³	40	1,53	1,66				
CDÖ Vajinismus	(KF)- Çalışıyor ¹	183	3,88	3,24	1,569	2	,210	
	Çalışmıyor ²	46	4,07	3,84		266		
	Öğrenci ³	40	4,95	3,97				
CDÖ Orgazm Bozukluğu	(KF)- Çalışıyor ¹	183	4,39	3,53	1,851	2	,159	
	Çalışmıyor ²	46	5,48	3,31		266		
	Öğrenci ³	40	4,78	3,26				
CDÖ Toplam	(KF)- Çalışıyor ¹	183	26,16	14,90	,478	2	,620	
	Çalışmıyor ²	46	28,24	16,18		266		
	Öğrenci ³	40	27,90	14,91				

*<0.05; **<0.01

Tablo 15’te Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının çalışma durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) İletişim ($F_{(2, 266)}=5,352$; $p<,01$) alt boyut puanları çalışma durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Öğrenciler, çalışan ve çalışmayan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-İletişim puanlarına sahiplerdir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 16. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının İlişki Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	Evli	147	28,90	12,12	1,682 ^a	385	,094
	Flört	240	26,88	10,46			
	Dönemi						
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Çıkabilme	Evli	147	25,69	11,27	2,132 ^a	385	,034*
	Flört	240	23,31	9,57			
	Dönemi						
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	Evli	147	16,98	5,24	,967	385	,334
	Flört	240	16,46	5,09			
	Dönemi						
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	Evli	147	10,53	2,91	1,759	385	,079
	Flört	240	10,02	2,68			
	Dönemi						
TDYÖ-Toplam	Evli	147	82,10	28,37	1,938 ^a	385	,054
	Flört	240	76,66	24,00			
	Dönemi						
ARİKÖ-Toplam	Evli	147	34,62	6,89	1,824	385	,069
	Flört	240	33,29	7,02			
	Dönemi						

*<0.05; **<0.01 ^aVaryanslar homojen dağılmadığında kullanılan t değeri

Tablo 16’da Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının ilişki durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ($t_{(385)} = 5,537$; $p < ,05$) alt boyut puanlarının ilişki durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme alt boyut puanları, evlilerde flört döneminde olan katılımcılara oranla daha yüksek bulunmuştur.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Kendini Kontrol Edebilme, Uyaran Karşısında Kontrol alt boyutları ve ARİKÖ-Toplam puanları ilişki durumuna göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ($p > ,05$).

Tablo 17. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının İlişki Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
CDÖ (EF)-Sıklık	Evli	30	3,70	2,51	,213	116	,832
	Flört Dönemi	88	3,59	2,40			
CDÖ (EF)-İletişim	Evli	30	1,27	1,80	,499	116	,619
	Flört Dönemi	88	1,10	1,47			
CDÖ (EF)-Doyum	Evli	30	5,40	3,51	1,408 ^a	116	,167
	Flört Dönemi	88	4,41	2,73			
CDÖ (EF)-Kaçınma	Evli	30	1,43	1,61	-1,150	116	,253
	Flört Dönemi	88	1,88	1,88			
CDÖ (EF)-Dokunma	Evli	30	1,17	1,70	,638	116	,525
	Flört Dönemi	88	,97	1,41			
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	Evli	30	2,00	1,68	-2,508	116	,014*
	Flört Dönemi	88	2,98	1,89			
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	Evli	30	3,73	3,28	,372	116	,711
	Flört Dönemi	88	3,50	2,86			
CDÖ (EF)-Toplam	Evli	30	21,50	11,01	-,255	116	,799
	Flört Dönemi	88	22,02	9,23			
CDÖ (KF)-Sıklık	Evli	117	3,71	2,27	1,481	267	,140
	Flört Dönemi	152	3,31	2,14			
CDÖ (KF)-İletişim	Evli	117	1,91	1,78	,350	267	,726
	Flört Dönemi	152	1,84	1,87			
CDÖ (KF)-Doyum	Evli	117	4,31	3,49	1,228	267	,221
	Flört Dönemi	152	3,82	2,98			
CDÖ (KF)-Kaçınma	Evli	117	3,77	2,81	3,337	267	,001**
	Flört Dönemi	152	2,70	2,42			
CDÖ (KF)-Dokunma	Evli	117	2,33	2,59	2,081 ^a	267	,039*
	Flört Dönemi	152	1,74	1,94			
CDÖ (KF)-Vajinismus	Evli	117	3,99	3,43	-,328	267	,743
	Flört Dönemi	152	4,13	3,51			
CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	Evli	117	4,74	3,51	,447	267	,655
	Flört Dönemi	152	4,55	3,44			
CDÖ (KF)-Toplam	Evli	117	28,81	16,06	1,954	267	,052
	Flört Dönemi	152	25,20	14,16			

*<0.05; **<0.01 ^aVaryanslar homojen dağılmadığında kullanılan t değeri

Tablo 17’de Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının ilişki durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Ereksiyon Bozukluğu ($t_{(116)}=-2,508$; $p<,05$) alt boyut puanları ilişki durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Flört döneminde olan katılımcılar, evli olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu alt boyut puanlarına sahiptirler.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının ilişki durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Kaçınma ($t_{(267)}=3,337$; $p<,01$) ve Dokunma ($t_{(267)}=2,081$; $p<,05$) alt boyut puanları ilişki durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Evli olan katılımcılar, flört döneminde olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-Kaçınma ve CDÖ-(KF)-Dokunma alt boyut puanlarına sahiptirler.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının ilişki durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 18. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının İlişki Süresine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	0-1 yıl ¹	107	25,24	10,53	2,036	4	,089	
	1-2 yıl ²	58	29,62	9,99		382		
	2-5 yıl ³	104	27,89	11,14				
	5-8 yıl ⁴	34	29,50	11,60				
	8 yıl üstü ⁵	84	28,29	12,18				
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	0-1 yıl ¹	107	22,17	9,75	1,780	4	,652	
	1-2 yıl ²	58	24,97	9,29		382		
	2-5 yıl ³	104	24,20	10,48				
	5-8 yıl ⁴	34	26,09	10,78				
	8 yıl üstü ⁵	84	25,55	11,00				
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	0-1 yıl ¹	107	15,26	4,47	3,352 ^a	4	,012*	3>1
	1-2 yıl ²	58	17,21	4,78		382		
	2-5 yıl ³	104	17,34	5,12				
	5-8 yıl ⁴	34	17,71	6,64				
	8 yıl üstü ⁵	84	16,79	5,31				
	0-1 yıl ¹	107	9,70	2,70	2,745	4	,028*	4>1
	1-2 yıl ²	58	10,79	2,49		382		

TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	2-5 yıl ³	104	10,08	2,79				
	5-8 yıl ⁴	34	11,21	2,96				
	8 yıl üstü ⁵	84	10,24	2,84				
TDYÖ-Toplam	0-1 yıl ¹	107	72,37	24,05	2,571	4	,038*	2>1
	1-2 yıl ²	58	82,59	22,95		382		3>1
	2-5 yıl ³	104	79,51	25,79				4>1
	5-8 yıl ⁴	34	84,50	28,33				5>1
	8 yıl üstü ⁵	84	80,86	27,94				
ARİKÖ-Toplam	0-1 yıl ¹	107	32,14	7,91	3,178 ^a	4	,015*	4>1
	1-2 yıl ²	58	33,10	7,48		382		
	2-5 yıl ³	104	34,74	6,08				
	5-8 yıl ⁴	34	36,15	5,89				
	8 yıl üstü ⁵	84	34,25	6,47				

*<0.05; **<0.01 ^aWelch testi

Tablo 18’de Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının ilişki süresi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme ($F_{(4, 382)}=3,352$; $p<,05$), Uyaran Karşısında Kontrol ($F_{(4, 382)}=2,745$; $p<,05$) alt boyutları ve TDYÖ-Toplam ($F_{(4, 382)}=2,571$; $p<,05$) puanları ilişki süresi değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır. İlişki süresi 2-5 yıl olan katılımcılar, 0-1 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme puanlarına sahiplerdir. İlişki süresi 5-8 yıl olan katılımcılar, 0-1 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol puanlarına sahiplerdir. İlişki süresi 1-2 yıl, 2-5 yıl, 5-8 yıl ve 8 yıl üstü olan katılımcılar, 0-1 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Toplam puanlarına sahiplerdir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında yeme ve Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme alt boyut puanlarının ilişki süresi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

ARİKÖ-Toplam ($F_{(4, 382)}=3,178$; $p<,05$) puanları ilişki süresi değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır. İlişki süresi 5-8 yıl olan katılımcılar, 0-1 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek ARİKÖ-Toplam puanlarına sahiplerdir.

Tablo 19. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının İlişki Süresine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
CDÖ (EF)-Sıklık	0-1 yıl ¹	49	50,29	8,173	4	,085	
	1-2 yıl ²	18	57,97				
	2-5 yıl ³	25	70,00				
	5-8 yıl ⁴	5	57,60				
	8 yıl üstü ⁵	21	70,26				
CDÖ (EF)-İletişim	0-1 yıl ¹	49	61,09	5,716	4	,221	
	1-2 yıl ²	18	59,11				
	2-5 yıl ³	25	52,30				
	5-8 yıl ⁴	5	38,70				
	8 yıl üstü ⁵	21	69,64				
CDÖ (EF)-Doyum	0-1 yıl ¹	49	55,09	10,979	4	,027*	5>1 5>3
	1-2 yıl ²	18	55,33				
	2-5 yıl ³	25	51,36				
	5-8 yıl ⁴	5	71,30				
	8 yıl üstü ⁵	21	80,24				
CDÖ (EF)-Kaçınma	0-1 yıl ¹	49	60,58	3,790	4	,435	
	1-2 yıl ²	18	66,94				
	2-5 yıl ³	25	51,70				
	5-8 yıl ⁴	5	43,60				
	8 yıl üstü ⁵	21	63,67				
CDÖ (EF)-Dokunma	0-1 yıl ¹	49	62,83	1,779	4	,776	
	1-2 yıl ²	18	53,94				
	2-5 yıl ³	25	55,10				
	5-8 yıl ⁴	5	60,30				
	8 yıl üstü ⁵	21	61,55				
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	0-1 yıl ¹	49	67,66	12,239	4	,016*	
	1-2 yıl ²	18	65,00				
	2-5 yıl ³	25	57,72				
	5-8 yıl ⁴	5	23,50				
	8 yıl üstü ⁵	21	46,43				
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	0-1 yıl ¹	49	58,77	3,578	4	,466	
	1-2 yıl ²	18	52,75				
	2-5 yıl ³	25	63,62				
	5-8 yıl ⁴	5	82,60				
	8 yıl üstü ⁵	21	56,60				
CDÖ (EF)-Toplam	0-1 yıl ¹	49	57,47	2,218	4	,696	
	1-2 yıl ²	18	58,83				
	2-5 yıl ³	25	60,82				
	5-8 yıl ⁴	5	44,10				
	8 yıl üstü ⁵	21	66,90				
CDÖ (KF)-Sıklık	0-1 yıl ¹	58	107,64	16,040	4	,003**	5>1

		1-2 yıl ²	40	146,93				
		2-5 yıl ³	79	132,06				
		5-8 yıl ⁴	29	124,83				
		8 yıl üstü ⁵	63	160,98				
CDÖ (KF)-İletişim	0-1 yıl ¹	58	121,02	7,749	4		,101	
	1-2 yıl ²	40	148,85					
	2-5 yıl ³	79	138,42					
	5-8 yıl ⁴	29	110,71					
	8 yıl üstü ⁵	63	145,98					
CDÖ (KF)-Doyum	0-1 yıl ¹	58	123,73	7,361	4		,118	
	1-2 yıl ²	40	151,53					
	2-5 yıl ³	79	143,07					
	5-8 yıl ⁴	29	108,52					
	8 yıl üstü ⁵	63	136,95					
CDÖ (KF)-Kaçınma	0-1 yıl ¹	58	111,54	9,772	4		,044*	5>1
	1-2 yıl ²	40	136,95					
	2-5 yıl ³	79	137,06					
	5-8 yıl ⁴	29	130,40					
	8 yıl üstü ⁵	63	154,90					
CDÖ (KF)-Dokunma	0-1 yıl ¹	58	121,68	6,342	4		,175	
	1-2 yıl ²	40	147,33					
	2-5 yıl ³	79	137,96					
	5-8 yıl ⁴	29	114,26					
	8 yıl üstü ⁵	63	145,28					
CDÖ (KF)-Vajinismus	0-1 yıl ¹	58	128,32	15,825	4		,003**	2>1
	1-2 yıl ²	40	177,88					2>3
	2-5 yıl ³	79	134,59					2>4
	5-8 yıl ⁴	29	119,28					2>5
	8 yıl üstü ⁵	63	121,67					
CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	0-1 yıl ¹	58	137,06	8,189	4		,085	
	1-2 yıl ²	40	158,75					
	2-5 yıl ³	79	133,22					
	5-8 yıl ⁴	29	105,09					
	8 yıl üstü ⁵	63	134,03					
CDÖ (KF)-Toplam	0-1 yıl ¹	58	114,55	12,008	4		,017*	
	1-2 yıl ²	40	159,19					
	2-5 yıl ³	79	138,39					
	5-8 yıl ⁴	29	110,64					
	8 yıl üstü ⁵	63	145,43					

*<0.05; **<0.01

Tablo 19’da Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının ilişki süresi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Doyum ($H_{(4)}=10,979$; $p<,05$), Ereksiyon Bozukluğu $H_{(4)}=12,239$; $p<,05$) alt boyut puanları ilişki süresi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. İlişki süresi 8 yıl üstü olan katılımcılar, 0-1 yıl ve 2-5 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (EF)-Doyum puanlarına sahiplerdir. CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu alt boyut puanlarında gruplar arası anlamlı farklılık görülmemiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının ilişki süresi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık ($H_{(4)}=16,040$; $p<,01$), Kaçınma $H_{(4)}=9,772$; $p<,05$), Vajinismus ($H_{(4)}=15,825$; $p<,01$) alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanları ilişki süresi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. İlişki süresi 8 yıl üstü olan katılımcılar, 0-1 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-Sıklık ve Kaçınma puanlarına sahiplerdir. İlişki süresi 1-2 yıl olan katılımcılar, 0-1 yıl, 2-5yıl, 5-8 yıl ve 8 yıl üstü olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-Vajinismus puanlarına sahiplerdir. CDÖ (KF)-toplam puanlarında gruplar arası anlamlı farklılık görülmemiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) İletişim, Doyum, Dokunma, Orgazm Bozukluğu alt boyut puanlarının ilişki süresi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 20. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Aylık Gelire Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	0-2000 TL ¹	60	27,73	11,57	,273	3	,845	
	2000-5000 TL ²	130	27,03	10,98		383		
	5000-8000 TL ³	106	27,70	11,45				
	8000 TL üstü ⁴	91	28,41	10,89				
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	0-2000 TL ¹	60	23,57	10,72	,125	3	,945	
	2000-5000 TL ²	130	24,25	10,30		383		
	5000-8000 TL ³	106	24,18	10,80				
	8000 TL üstü ⁴	91	24,62	9,53				
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	0-2000 TL ¹	60	16,80	4,78	1,307	3	,272	
	2000-5000 TL ²	130	16,33	5,49		383		
	5000-8000 TL ³	106	16,23	5,02				
	8000 TL üstü ⁴	91	17,53	5,00				
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	0-2000 TL ¹	60	10,00	2,54	1,843	3	,139	
	2000-5000 TL ²	130	9,83	2,99		383		
	5000-8000 TL ³	106	10,49	2,52				
	8000 TL üstü ⁴	91	10,58	2,85				
TDYÖ-Toplam	0-2000 TL ¹	60	78,10	25,75	,380	3	,768	
	2000-5000 TL ²	130	77,45	26,61		383		
	5000-8000 TL ³	106	78,59	26,85				
	8000 TL üstü ⁴	91	81,13	23,78				
ARİKÖ-Toplam	0-2000 TL ¹	60	34,42	6,98	,211	3	,888	
	2000-5000 TL ²	130	33,60	7,30		383		
	5000-8000 TL ³	106	33,83	6,89				
	8000 TL üstü ⁴	91	33,62	6,76				

*<0.05; **<0.01

Tablo 20’de Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının aylık gelir değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, Kendini Kontrol Edebilme, Uyaran Karşısında Kontrol alt boyutları ve ARİKÖ-Toplam puanları aylık gelir değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 21. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanlarının Aylık Gelire Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
CDÖ (EF)-Sıklık	0-2000 TL ¹	18	63,89	1,122	3	,772	
	2000-5000 TL ²	30	58,60				
	5000-8000 TL ³	25	63,52				
	8000 TL üstü ⁴	45	56,11				
CDÖ (EF)-İletişim	0-2000 TL ¹	18	66,47	2,902	3	,407	
	2000-5000 TL ²	30	54,68				
	5000-8000 TL ³	25	53,90				
	8000 TL üstü ⁴	45	63,03				
CDÖ (EF)-Doyum	0-2000 TL ¹	18	52,97	,911	3	,823	
	2000-5000 TL ²	30	58,92				
	5000-8000 TL ³	25	60,88				
	8000 TL üstü ⁴	45	61,73				
CDÖ (EF)-Kaçınma	0-2000 TL ¹	18	49,97	2,821	3	,420	
	2000-5000 TL ²	30	64,02				
	5000-8000 TL ³	25	55,30				
	8000 TL üstü ⁴	45	62,63				
CDÖ (EF)-Dokunma	0-2000 TL ¹	18	48,61	2,969	3	,396	
	2000-5000 TL ²	30	61,30				
	5000-8000 TL ³	25	58,88				
	8000 TL üstü ⁴	45	63,00				
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	0-2000 TL ¹	18	60,36	2,333	3	,506	
	2000-5000 TL ²	30	67,07				
	5000-8000 TL ³	25	54,52				
	8000 TL üstü ⁴	45	56,88				
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	0-2000 TL ¹	18	72,72	6,135	3	,105	
	2000-5000 TL ²	30	64,92				
	5000-8000 TL ³	25	49,42				
	8000 TL üstü ⁴	45	56,20				
CDÖ (EF)-Toplam	0-2000 TL ¹	18	63,94	,793	3	,851	
	2000-5000 TL ²	30	62,07				
	5000-8000 TL ³	25	56,52				
	8000 TL üstü ⁴	45	57,67				

* <0.05 ; ** <0.01

Tablo 21’de Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) puanlarının aylık gelir değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının aylık gelir değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 22. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Aylık Gelire Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
CDÖ Sıklık	(KF)- 0-2000 TL ¹	42	3,36	2,00	1,801	3	,147	
	2000-5000 TL ²	100	3,65	2,23		26		
	5000-8000 TL ³	81	3,70	2,19		5		
	8000 TL üstü ⁴	46	2,85	2,28				
CDÖ İletişim	(KF)- 0-2000 TL ¹	42	2,05	1,91	1,285 ^a	3	,283	
	2000-5000 TL ²	100	1,93	2,06		26		
	5000-8000 TL ³	81	1,93	1,70		5		
	8000 TL üstü ⁴	46	1,48	1,41				
CDÖ Doyum	(KF)- 0-2000 TL ¹	42	3,43	2,55	1,089	3	,354	
	2000-5000 TL ²	100	4,24	3,37		26		
	5000-8000 TL ³	81	4,32	3,19		5		
	8000 TL üstü ⁴	46	3,63	3,45				
CDÖ Kaçınma	(KF)- 0-2000 TL ¹	42	2,69	2,15	3,107	3	,027*	3>1
	2000-5000 TL ²	100	3,02	2,82		26		3>2
	5000-8000 TL ³	81	3,88	2,78		5		3>4
	8000 TL üstü ⁴	46	2,67	2,19				
CDÖ Dokunma	(KF)- 0-2000 TL ¹	42	1,29	1,74	3,664 ^a	3	,014*	3>1
	2000-5000 TL ²	100	2,08	2,29		26		
	5000-8000 TL ³	81	2,48	2,55		5		
	8000 TL üstü ⁴	46	1,61	1,86				
	0-2000 TL ¹	42	4,69	3,91	1,731 ^a	3	,164	

CDÖ (KF)- Vajinismus	2000-5000 TL ²	100	4,31	3,56		26
	5000-8000 TL ³	81	3,89	3,49		5
	8000 TL üstü ⁴	46	3,30	2,67		
CDÖ (KF)- Orgazm Bozukluğu	0-2000 TL ¹	42	4,33	2,62	,206 ^a	3 ,892
	2000-5000 TL ²	100	4,69	3,80		26
	5000-8000 TL ³	81	4,65	3,60		5
	8000 TL üstü ⁴	46	4,76	3,21		
CDÖ (KF)- Toplam	0-2000 TL ¹	42	24,43	11,37	1,707	3 ,166
	2000-5000 TL ²	100	27,37	16,29		26
	5000-8000 TL ³	81	29,06	15,92		5
	8000 TL üstü ⁴	46	23,59	13,38		

*<0.05; **<0.01 ^aWelch testi

Tablo 22’de Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının aylık gelir değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Kaçınma ($F_{(3, 265)}=5,352$; $p<,05$) ve Dokunma ($F_{(3, 265)}=5,352$; $p<,05$) alt boyut puanları aylık gelire göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Aylık geliri 5000-8000 TL arası olan katılımcılar, 0-2000 TL, 2000-5000 TL ve 8000 TL üstü olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-Kaçınma puanlarına sahiplerdir. Aylık geliri 5000-8000 TL arası olan katılımcılar, 0-2000 TL olan katılımcılara göre daha yüksek CDÖ (KF)-Dokunma puanlarına sahiplerdir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının aylık gelir değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 23. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Yeme Bozukluğu Tanısına Göre İncelenmesine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	ST	U	z	p
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	Var	28	248,52	6958,50	3499,500	-2,679	,007**
	Yok	359	189,75	68119,50			
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	Var	28	247,20	6921,50	3536,500	-2,614	,009**
	Yok	359	189,85	68156,50			
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	Var	28	254,88	7136,50	3321,500	-2,995	,003**
	Yok	359	189,25	67941,50			
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	Var	28	193,68	5423,00	5017,000	-,016	,987
	Yok	359	194,03	69655,00			
TDYÖ-Toplam	Var	28	249,89	6997,00	3461,000	-2,745	,006**
	Yok	359	189,64	68081,00			
ARİKÖ-Toplam	Var	28	166,23	4654,50	4248,500	-1,367	,172
	Yok	359	196,17	70423,50			

*<,05; **<,01

Tablo 23'te Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının yeme bozukluğu tanısı değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Mann Whitney U Testi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme ($U_{(-2,679)} = 3499,500$; $p <,01$) Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ($U_{(-2,614)} = 3536,500$; $p <,01$), Kendini Kontrol Edebilme ($U_{(-2,995)} = 3321,500$; $p <,01$) alt boyutları ve TDYÖ-Toplam ($U_{(-2,745)} = 3461,000$; $p <,01$) puanlarının yeme bozukluğu tanısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. Yeme bozukluğu tanısı olan katılımcıların TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, Kendini Kontrol Edebilme alt boyutları ve TDYÖ-Toplam puanları yeme bozukluğu tanısı olmayanlara oranla daha yüksektir.

TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol alt boyut puanları ve ARİKÖ-Toplam puanları yeme bozukluğu tanısı değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ($p >,05$).

Tablo 24. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Yeme Bozukluğu Tanısına Göre İncelenmesine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	ST	U	z	p
CDÖ (EF)-Sıklık	Var	7	66,14	463,00	342,000	-,534	,593
	Yok	111	59,08	6558,00			
CDÖ (EF)-İletişim	Var	7	53,50	374,50	346,500	-,516	,606
	Yok	111	59,88	6646,50			
CDÖ (EF)-Doyum	Var	7	68,36	478,50	326,500	-,712	,477
	Yok	111	58,94	6542,50			
CDÖ (EF)-Kaçınma	Var	7	54,64	382,50	354,500	-,398	,691
	Yok	111	59,81	6638,50			
CDÖ (EF)-Dokunma	Var	7	52,36	366,50	338,500	-,635	,525
	Yok	111	59,95	6654,50			
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	Var	7	59,07	413,50	385,500	-,035	,972
	Yok	111	59,53	6607,50			
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	Var	7	40,79	285,50	257,500	-1,505	,132
	Yok	111	60,68	6735,50			
CDÖ (EF)-Toplam	Var	7	54,93	384,50	356,500	-,365	,715
	Yok	111	59,79	6636,50			
CDÖ (KF)-Sıklık	Var	21	138,76	2914,00	2525,000	-,233	,816
	Yok	248	134,68	33401,00			
CDÖ (KF)-İletişim	Var	21	141,50	2971,50	2467,500	-,409	,683
	Yok	248	134,45	33343,50			
CDÖ (KF)-Doyum	Var	21	164,57	3456,00	1983,000	-1,825	,068
	Yok	248	132,50	32859,00			
CDÖ (KF)-Kaçınma	Var	21	142,36	2989,50	2449,500	-,456	,648
	Yok	248	134,38	33325,50			
CDÖ (KF)-Dokunma	Var	21	147,31	3093,50	2345,500	-,778	,437
	Yok	248	133,96	33221,50			
CDÖ (KF)-Ereksiyon Bozukluğu	Var	21	134,79	2830,50	2599,500	-,013	,989
	Yok	248	135,02	33484,50			
CDÖ (KF)-Erken Boşalma	Var	21	144,88	3042,50	2396,500	-,609	,542
	Yok	248	134,16	33272,50			
CDÖ (KF)-Toplam	Var	21	145,05	3046,00	2393,000	-,617	,537
	Yok	248	134,15	33269,00			

*<,05; **<,01

Tablo 24’te Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının yeme bozukluğu tanısı değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Mann Whitney U Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının yeme bozukluğu tanısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının yeme bozukluğu tanısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 25. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Beden Kitle İndeksine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	25 altı ¹	227	24,43	9,55	36,861	2	,414	
	25-30 ²	120	30,15	11,06		384		
	30 üstü ³	40	38,40	11,40				
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	25 altı ¹	227	21,55	8,82	29,258 ^a	2	,000**	3>1
	25-30 ²	120	25,68	10,10		384		2>1
	30 üstü ³	40	34,90	11,09				
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	25 altı ¹	227	15,30	4,73	25,561	2	,000**	3>1
	25-30 ²	120	17,97	5,15		384		2>1
	30 üstü ³	40	20,45	4,59				3>2
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	25 altı ¹	227	9,86	2,69	5,516	2	,004**	3>1
	25-30 ²	120	10,55	2,88		384		
	30 üstü ³	40	11,23	2,64				
TDYÖ-Toplam	25 altı ¹	227	71,13	22,39	39,983	2	,000**	3>1
	25-30 ²	120	84,35	24,92		384		2>1
	30 üstü ³	40	104,98	25,92				3>2
ARİKÖ-Toplam	25 altı ¹	227	34,30	6,41	1,531	2	,218	
	25-30 ²	120	32,94	7,62		384		
	30 üstü ³	40	33,48	8,06				

* $<0,05$; ** $<0,01$ ^aWelch testi

Tablo 25’te Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının beden kitle indeksi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Tek Yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme ($F_{(2, 384)}=29,258$; $p<,01$), Kendini Kontrol Edebilme ($F_{(2, 384)}=25,561$; $p<,01$), Uyarın Karşısında Kontrol ($F_{(2, 384)}=5,516$; $p<,01$) alt boyutları ve TDYÖ-Toplam ($F_{(2, 384)}=39,983$; $p<,01$) puanları beden kitle indeksi değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Beden kitle indeksi 25-30 arası ve 30 üstü olan katılımcılar, 25 altı olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, Kendini Kontrol Edebilme alt boyutları ve TDYÖ-Toplam puanlarına sahiptirler. Beden kitle indeksi 30 üstü olan katılımcılar, 25 altı olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Uyarın Karşısında Kontrol alt boyut puanlarına sahiptirler. Beden kitle indeksi 30 üstü olan katılımcılar, 25-30 arası olan katılımcılara göre daha yüksek TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme alt boyutu ve TDYÖ-Toplam puanlarına sahiptirler.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme alt boyutu ve ARİKÖ-Toplam puanlarının beden kitle indeksi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Tablo 26. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Beden Kitle İndeksine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
CDÖ (EF)-Sıklık	25 altı ¹	44	55,91	3,108	2	,211	
	25-30 ²	61	58,86				
	30 üstü ³	13	74,65				
CDÖ (EF)-İletişim	25 altı ¹	44	57,69	1,129	2	,569	
	25-30 ²	61	58,96				
	30 üstü ³	13	68,15				
CDÖ (EF)-Doyum	25 altı ¹	44	54,19	2,356	2	,308	
	25-30 ²	61	61,20				
	30 üstü ³	13	69,50				
CDÖ (EF)-Kaçınma	25 altı ¹	44	53,84	3,950	2	,139	
	25-30 ²	61	60,39				
	30 üstü ³	13	74,50				
CDÖ (EF)-Dokunma	25 altı ¹	44	62,55	,940	2	,625	
	25-30 ²	61	58,51				
	30 üstü ³	13	53,85				
	25 altı ¹	44	58,11	,511	2	,775	

CDÖ Ereksiyon Bozukluğu	(EF)-	25-30 ²	61	59,19			
		30 üstü ³	13	65,65			
CDÖ (EF)-Erken Boşalma		25 altı ¹	44	62,03	,867	2	,648
		25-30 ²	61	56,74			
		30 üstü ³	13	63,88			
CDÖ Toplam	(EF)-	25 altı ¹	44	56,99	2,800	2	,247
		25-30 ²	61	58,14			
		30 üstü ³	13	74,38			
CDÖ (KF)-Sıklık		25 altı ¹	183	132,47	1,400	2	,497
		25-30 ²	59	135,42			
		30 üstü ³	27	151,26			
CDÖ İletişim	(KF)-	25 altı ¹	183	135,93	2,802	2	,246
		25-30 ²	59	142,14			
		30 üstü ³	27	113,07			
CDÖ Doyum	(KF)-	25 altı ¹	183	127,57	6,475	2	,039*
		25-30 ²	59	144,64			
		30 üstü ³	27	164,28			
CDÖ Kaçınma	(KF)-	25 altı ¹	183	131,60	1,303	2	,521
		25-30 ²	59	139,83			
		30 üstü ³	27	147,52			
CDÖ Dokunma	(KF)-	25 altı ¹	183	135,25	,015	2	,992
		25-30 ²	59	134,99			
		30 üstü ³	27	133,31			
CDÖ Vajinismus	(KF)-	25 altı ¹	183	141,95	4,700	2	,095
		25-30 ²	59	121,73			
		30 üstü ³	27	116,91			
CDÖ Orgazm Bozukluğu	(KF)-	25 altı ¹	183	130,59	2,348	2	,309
		25-30 ²	59	140,42			
		30 üstü ³	27	153,04			
CDÖ Toplam	(KF)-	25 altı ¹	183	132,51	1,213	2	,545
		25-30 ²	59	135,81			
		30 üstü ³	27	150,11			

*<0.05; **<0.01

Tablo 26’da Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) puanlarının beden kitle indeksi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları verilmiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Doyum ($H_{(2)}=6,475$; $p<,05$) alt boyut puanları beden kitle indeksi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. CDÖ (KF)-Doyum alt boyut puanlarında gruplar arası anlamlı farklılık görülmemiştir.

Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Sıklık, İletişim, Kaçınma, Dokunma, Vajinismus, Orgazm Bozukluğu alt boyutları ve CDÖ (KF)-Toplam puanlarının beden kitle indeksi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Ereksiyon Bozukluğu, Erken Boşalma alt boyutları ve CDÖ (EF)-Toplam puanlarının beden kitle indeksi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>,05$).

3.4. Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu bölümde Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) arasındaki yordayıcı ilişkilerin incelenmesine yönelik Regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 27. Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) Puanlarının Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata B	Beta	t	p
ARİKÖ - Toplam	Sabit	37,951	1,723		22,032	,000
	CDÖ (EF)-Sıklık	1,269	,452	,411	2,807	,006
	CDÖ (EF)-İletişim	,151	,543	,031	,278	,782
	CDÖ (EF)-Doyum	-,572	,401	-,227	-1,428	,156
	CDÖ (EF)-Kaçınma	,714	,595	,174	1,200	,233
	CDÖ (EF)-Dokunma	,012	,546	,002	,022	,983
	CDÖ(EF)-Ereksiyon Bozukluğu	,783	,497	,198	1,575	,118
	CDÖ (EF)-Erken Boşalma	,866	,383	,343	2,260	,026
R= ,526 R ² = ,277 Sd:8/ 109 F: 5,212 p=,000**						

Tablo 27’de CDÖ (EF)-Sıklık, CDÖ (EF)-İletişim, CDÖ (EF)-Doyum, CDÖ (EF)-Kaçınma, CDÖ (EF)-Dokunma, CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu ve CDÖ (EF)-Erken Boşalma

puanlarının ARİKÖ-Toplam puanları üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koymak için çoklu doğrusal regresyon analizi kurgulanmıştır.

Kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır ($F_{(8, 109)}=5,212$, $p<,01$). Model, ARİKÖ-Toplam puanları varyansının %27,7'sini açıklamaktadır. CDÖ (EF)-Sıklık ($\beta =,411$, $t = 2,807$, $p<,01$) ve CDÖ (EF)-Erken Boşalma ($\beta =,343$, $t = 2,260$, $p<,05$) alt boyut puanlarının ARİKÖ-Toplam puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordadığı, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma ve Ereksiyon Bozukluğu alt boyut puanlarının ise anlamlı şekilde yordamadığı belirlenmiştir.

Tablo 28. Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) Puanlarının Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata B	Beta	t	p
ARİKÖ - Toplam	Sabit	40,287	,696		57,882	,000
	CDÖ (KF)-Sıklık	-,415	,289	-,136	-1,435	,153
	CDÖ (KF)-İletişim	-,878	,287	-,238	-3,060	,002
	CDÖ (KF)-Doyum	-1,161	,253	-,554	-4,580	,000
	CDÖ (KF)-Kaçınma	-,519	,319	-,204	-1,626	,105
	CDÖ (KF)-Dokunma	-,751	,297	-,252	-2,531	,012
	CDÖ (KF)-Vajinismus	-,127	,248	-,065	-,512	,609
	CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	-,575	,267	-,295	-2,151	,032
R= ,637 R ² = ,406 Sd:8/ 260 F: 22,204 p=,000**						

Tablo 28’de CDÖ (KF)-Sıklık, CDÖ (KF)-İletişim, CDÖ (KF)-Doyum, CDÖ (KF)-Kaçınma, CDÖ (KF)-Dokunma, CDÖ (KF)-Vajinismus ve CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu puanlarının ARİKÖ-Toplam puanları üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koymak için çoklu doğrusal regresyon analizi kurgulanmıştır.

Kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır ($F_{(8, 260)}=22,204$, $p<,01$). Model, ARİKÖ-Toplam puanları varyansının %40,6’sını açıklamaktadır. CDÖ (KF)-İletişim ($\beta =-,238$, $t = -3,060$, $p<,01$), Doyum ($\beta =-,554$, $t = -4,580$, $p<,01$), Dokunma ($\beta =-,252$, $t = -2,531$, $p<,05$) ve Orgazm

Bozukluğu ($\beta = -.295$, $t = -2,151$, $p < .05$) alt boyut puanlarının ARİKÖ-Toplam puanlarını istatistiksel olarak anlamı şekilde yordadığı, Sıklık, Dokunma ve Vajinismus alt boyut puanlarının ise anlamlı şekilde yordamadığı belirlenmiştir.

Bunlara ek olarak, TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme, TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme, TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme, TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol puanlarının ARİKÖ-Toplam puanları üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koymak için de çoklu doğrusal regresyon analizi kurgulanmış ancak modelin anlamlı olmadığı görülmüştür.

Tablo 29. Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) İçin Cronbach's Alfa Güvenirlilik Analizi Sonuçları (Yöntem veya Bulgular Bölümüne Koyulabilir)

Ölçekler	Cronbach's Alfa
TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme	,929
TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme	,932
TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme	,763
TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol	,661
TDYÖ-Toplam	,956
ARİKÖ-Toplam	,884
CDÖ (EF)-Sıklık	,689
CDÖ (EF)-İletişim	,702
CDÖ (EF)-Doyum	,580
CDÖ (EF)-Kaçınma	,488
CDÖ (EF)-Dokunma	,534
CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu	,311
CDÖ (EF)-Erken Boşalma	,775
CDÖ (EF)-Toplam	,767
CDÖ (KF)-Sıklık	,694
CDÖ (KF)-İletişim	,742
CDÖ (KF)-Doyum	,726
CDÖ (KF)-Kaçınma	,772
CDÖ (KF)-Dokunma	,602
CDÖ (KF)-Vajinismus	,731
CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu	,761
CDÖ (KF)-Toplam	,903

Tablo 29'da Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek Formu) ve Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın Formu) için Cronbach's Alfa güvenirlilik analizi sonuçları verilmiştir.

TDYÖ-Gerginlik Durumlarında Yeme için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı ,929; TDYÖ-Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilme için ,932; TDYÖ-Kendini Kontrol Edebilme için ,763; TDYÖ-Uyaran Karşısında Kontrol için ,661; TDYÖ-Toplam için ,956 olarak hesaplanmıştır. ARİKÖ-Toplam puanları için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı ,884 olarak hesaplanmıştır. CDÖ (EF)-Sıklık için ,689, CDÖ (EF)-İletişim için ,702, CDÖ (EF)-Doyum için ,580, CDÖ (EF)-Kaçınma için ,488, CDÖ (EF)-Dokunma için ,534, CDÖ (EF)-Ereksiyon Bozukluğu için ,311, CDÖ (EF)-Erken Boşalma için ,775, CDÖ (EF)-Toplam için ,767 olarak hesaplanmıştır. CDÖ (KF)-Sıklık için ,694, CDÖ (KF)-İletişim için ,742, CDÖ (KF)-Doyum için ,726, CDÖ (KF)-Kaçınma için ,772, CDÖ (KF)-Dokunma için ,602, CDÖ (KF)-Vajinismus için ,731, CDÖ (KF)-Orgazm Bozukluğu için ,761, CDÖ (KF)-Toplam için ,903 olarak hesaplanmıştır.



BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu bölümde romantik ilişkisi olan kişilerde duygusal yeme, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülen araştırmanın bulguları tartışılmıştır. Mevcut araştırmanın sorularına yönelik yapılan analizler sonucunda elde edilen bilgiler, literatür göz önünde bulundurularak değerlendirilmiştir. Sonrasında, araştırmanın sınırlılıkları ve gelecekte ilişkili konularla ilgili yapılacak araştırmalar için öneriler sunulmuştur.

4.1 Değişkenler Arasındaki Korelasyona Yönelik Verilerin İncelenmesi

Kişinin bütünsel sağlığı ve yaşamının sürekliliği için temel bir gereksinim olan besin alımı; her zaman yaşamın sürekliliğini sağlamak ve bütünsel sağlığı korumak amacıyla yapılmayabilir. Besin alımı bazen fizyolojik bir ihtiyaçtan ziyade, psikolojik bir ihtiyacı gidermek veya olumsuz duygulanımlarla baş etmek amacıyla yapılabilir. Fizyolojik açlığın söz konusu olmadığı veya öğün saatinin gelmediği zamanlarda gerçekleşen besin alımı; duygusal yeme davranışı olarak açıklanabildiği gibi, kişiyi duygusal yiyici yapan pek çok etmen olabilir (Tanrıverdi, 2020). Özellikle son yıllarda yapılan araştırmalar, duygular ile yeme davranışı arasında kompleks bir ilişki olduğunu ve besin alımını tetikleyen pek çok düşüncenin varlığını ortaya koymaktadır. Bu düşünceler; çevresel, biyolojik, zihinsel, duygusal ve sosyal tetikleyiciler olarak gruplandırılmakla birlikte, fizyolojik açlık ile duygusal açlık arasında fark vardır.

Yemek yeme eylemi otomatik bir davranış değildir. Besin alımı kişinin özdenetimine bağlıdır. Buna karşın duygusal yeme alışkanlığı olan kişilerde besin alımı genellikle; tetikleyici bir durum yaşamak ve sonrasında bu durumla ilgili zihne gelen düşünceler sonucunda karar vermek ve neticesinde yeme davranışının gerçekleşmesi şeklinde olur. Kişi, özellikle kilo kontrolü yapıyor ve/veya bu alışkanlığıyla zihinsel olarak uğraşıyorsa, karar verme öncesinde kendi üzerinde denetim sağlamaya çalışabilir ve/veya kendisiyle tartışabilir. Bu denetim sağlama çabası ve/veya tartışmanın sonucuna göre de besin alımı gerçekleşir veya gerçekleşmez. Olumsuz duygularla baş etme amacıyla gerçekleşen yeme davranışı sonucunda ise olumsuz duyguların kısa bir süreliğine de olsa azalmaya başladığını gören kişi için yemenin kendisi olumsuz pekiştireç görevi görür ve dolayısıyla bu durum, sonraki duygusal yeme davranışlarının gerçekleşme ihtimalini artırır (Bilgen, 2018).

Bu bağlamda, bu araştırmada, duygusal yeme davranışını ortaya çıkaran bir etmen olarak heteroseksüel romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesi

değerlendirilmiş; kişilerin algıladıkları ilişki kalitesiyle cinsel doyumları arasındaki ilişki ve tüm değişkenlerin birbiriyle ilişkisi incelenmiştir.

Yapılan çalışmalar, romantik ilişkide bulunuyor olmanın fiziksel, zihinsel ve duygusal iyi oluş üzerinde koruyucu bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Buna karşın, romantik ilişkilerde yaşanan ve/veya çözilemeyen çatışmaların kaygı, depresyon, yeme ve madde kullanım bozuklukları gibi psikopatolojilere zemin hazırladığını göstermektedir. Bu veriler kişinin hayatında bulunan partnerin hem kişinin bütünsel iyi oluşuna katkı sağlayan ve yaşamındaki önemli tatmin kaynağı olan hem de yaşamı için bir nevi tehdit unsuru olan ve bütünsel iyi oluşuna zarar veren bir etkisi olabileceğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda sorunlu ve/veya işlevsiz bir romantik ilişkide olmak kişiye mutluluk, keyif, iyi oluştan çok; sıkıntı, stres, kaygı kaynağı olabilir. Romantik ilişkilerin pozitif ve negatif tarafları pek çok faktöre bağlı ve pek çok faktörden kaynaklanabileceğinden dolayı algılanan romantik ilişki kalitesini değerlendirmeden ilişkileri anlamak zorlaşabilir (Sağkal ve Özdemir, 2018).

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin duygusal yeme davranışlarını incelemeyi cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi üzerinden amaçlayan bu çalışmada, cinsel doyumun veya algılanan ilişki kalitesinin bir arada değerlendirilip birbirinden ayrılmaz parçalar olarak görülmesinin temel sebebi de buradan gelmektedir.

Veriler ışığında, algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği puanları ile duygusal yeme ölçeğinin gerginlik durumlarında yeme, olumsuz duygularla başa çıkabilme, kendini kontrol edebilme, uyarın karşısında kontrol alt boyutları ve toplam puanları arasında istatistiksel olarak kuvvetli bir ilişkinin varlığından söz edilememektedir. Buna karşın, çalışmada algılanan ilişki kalitesi ölçeğinde, ilişki kalitesini ölçen doyum, güven, adanmışlık, yakınlık, tutku ve aşk alt boyutlarından en az birinin eksikliği ve/veya azalması durumunda partnerlerden en az birinde duygusal yeme davranışı görülebileceği; olumsuz duygulanım, gerginlik, stres durumlarında artan duygusal yeme davranışına var olan romantik ilişkideki bir veya birden fazla ayağın azalması ve/veya eksilmesinin sebep olabileceği savunulmaktadır. Veriler arasına bu bağlamda bir yorum yapılamamasının sebebinin duygusal yeme ile algılanan romantik ilişki kalitesi arasında herhangi bir ilişki olmaması değil, birtakım parametrelerin araştırma kapsamınca ölçülememiş olmasından kaynaklandığı; romantik ilişkisi olan kişilerin ilişki süresi, ilişki dönemi, çocuğun varlığı, romantik ilişkiden bağımsız bir stresörün varlığı, çalışmaya katılan kişilerin beden kitle indeksi, beden algıları, aldatmanın varlığının sorgulanması, kişilerin çalışmaya objektif bir ortamda objektif bir biçimde katılıp katılmadıklarının bilinmiyor olması gibi etmenler ve bu dinamiklerin detaylı biçimde ele alınmamış olması sebebi ile yeterli

verilerin sağlanamamasından kaynaklı veriler arası anlamlı bir ilişki bulunamadığı düşünülmektedir.

Algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği puanları ile romantik ilişkisi olan erkeklere uygulanan cinsel doyum ölçeğinin iletişim, doyum, dokunma alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunurken; kaçınma alt boyutuyla istatistiksel olarak sınırda anlamlı bir ilişki; sıklık, ereksiyon bozukluğu ve erken boşalma alt boyutları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ek olarak, cinsel doyum ölçeğinde cinsel işlevlerin niteliğiyle ilgili fikir yürütmeye imkân veren, ölçeğin toplam puanı ile algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla veriler ışığında, romantik ilişkisi olan erkeklerin algılanan ilişki kalitesindeki alt boyutlardan en az birindeki azalma ve/veya eksikliğin partneri ile olan cinsel yaşamlarını negatif yönde etkileyebildiği gibi cinsel doyumlarını da negatif olarak etkileyebildiği; öte yandan, cinsellik ve cinsel doyumlarındaki azalma ve/veya sorunun algıladıkları ilişki kalitesini düşürebildiği söylenebilmektedir. Bu bağlamda, romantik ilişkisi olan erkeklerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesi arasında doğru orantılı bir ilişki saptanmıştır.

Algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği puanları ile romantik ilişkisi olan kadınlara uygulanan cinsel doyum ölçeğinin sıklık, iletişim, doyum, kaçınma, dokunma, vajinismus ve orgazm bozukluğu alt boyutları ve toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Veriler ışığında, romantik ilişkisi olan kadınların algıladıkları ilişki kalitesinin alt boyutlarından en az birindeki azalma ve/veya eksikliği partnerleri ile olan cinsel yaşamlarını ve cinsel doyumlarını negatif yönde etkileyebildiği; benzer biçimde, cinsel yaşamları ve cinsel doyumlarındaki azalma ve/veya problemin algıladıkları ilişki kalitesinin alt boyutlarından en az birinde azalmaya sebep olabildiği söylenebilmektedir. Bu bağlamda, romantik ilişkisi olan kadınlarda da, romantik ilişkisi olan erkeklerde olduğu gibi cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesi arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu saptanmakla birlikte; algılanan ilişki kalitesi ile cinsel doyum arasındaki doğru orantılı ilişkinin, romantik ilişkisi olan kadınlarda, romantik ilişkisi olan erkeklere nazaran daha kuvvetli olduğu görülmektedir. Bir başka ifadeyle, algılanan ilişki kalitesinin alt boyutlarından en az birindeki azalma ve/veya eksiklik kadınlarda cinsel doyumunu daha kuvvetli bir biçimde etkilemektedir.

Çiftlerin sağlıklı bir cinsel yaşamlarının olması kendi aralarında ve kendilerine has özel bir bağ kurulumuna imkân verirken, birbirlerine duydukları yakınlığın da artmasını sağlamaktadır. Tüm bunlarla beraber sağlıklı bir cinsel yaşam; çiftlerin birbirlerine karşı duyduğu sıcaklık, sevgi, koruma, korunma, paylaşımı da geliştirme etkisine sahiptir. Birbirlerinin düşünce ve

duygularına saygı gösteren çiftlerin bu tutumları cinsel yaşamlarını olumlu yönde etkilerken; iyi bir cinsel yaşam da birbirlerine olan tutum ve algılarını olumlu yönde beslemektedir. Çiftlerin birbirlerine istek ve taleplerini rahatça ifade edebilmelerinin yanı sıra, cinsel ilişkiye ayrılan vakit, yaşanan cinsel ilişki sıklığı, süre, teknik ve cinsel ilişki sırasında partnerlerin birbirlerine olan tutumu da cinsellikten aldıkları haz ve doyumunu etkilemektedir (Rodoplu, 2019). Tüm bunların yanı sıra, cinsel doyumda çiftlerin cinsellikten aldığı doyumunu yordayan etmen olarak cinsel işlevlerle birlikte, cinsel ilişkinin niteliği de belirleyicidir (Rodoplu, 2019). Bu bağlamda cinsel doyum sıklık, iletişim, doyum, kaçınma, dokunma olmak üzere kadın ve erkeklerde ortak olarak bu beş boyuttan oluşurken; kadınlar için vajinismus ve orgazm bozukluğu; erkekler için ise prematür ejakülasyon ve erektil disfonksiyon olmak üzere ayrı iki boyuttan oluşur. Daha önce yapılan çalışmalarda, erkeklerde cinsel ilişkinin sıklığının azalmasının algılanan ilişki kalitesini kadınlara göre daha olumsuz etkilediği ortaya konulmuş; erkeklerin kadınlara göre cinsel ilişkiyi daha sık yaşamak istediği belirtilmiştir (Rodoplu, 2019). Öte yandan bu çalışmada erkeklerde cinsel ilişkinin sıklığıyla algılanan ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış olup kadınlarda cinsel ilişkinin sıklığıyla algılanan ilişki kalitesi arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Romantik ilişkilerinde mutlu ve mutsuz çiftlerin dinamikleri davranışsal olarak incelendiğinde, mutsuz çiftlerin iletişimlerinin mutlu çiftlere göre daha düşük olduğu ve birbirlerine daha çok olumsuz iletişim mesajları verdikleri ortaya konmuştur (Taysi, 2007). Bu bağlamda iletişim hem cinsel yaşamlarını hem de algılanan ilişki kalitesini etkilemektedir. Mevcut araştırmada veriler ışığında, iletişim boyutundaki azalma ve/veya partnerlerin birbirlerine olumsuz iletişim mesajları vermelerinin kadınlarda erkeklere göre daha belirgin bir biçimde algıladıkları ilişki kalitesinde düşüşe sebep olduğu görülmektedir.

Öte yandan daha önce yapılan çalışmalar, kadınların cinsel doyumlarının partnerlerinin cinsel tatminiyle doğrudan ilişkili olduğunu fakat evli olan kişiler için cinsel yaşamlarına bütünsel olarak bakıldığında, evlilik mutluluğuna doğrudan bir etkisi olmadığını ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, cinselliğin evlilik üzerindeki etkisinin belirgin olarak görülmesi için evlilik süresinin birkaç sene üzerinde olması gerektiği; cinsellik ve evlilikten alınan doyum, mutluluk ve algılanan ilişki kalitesinin oldukça karmaşık olduğu belirtilmektedir (Rodoplu, 2019) Ek olarak, evlilikten alınan doyumu ve algılanan ilişki kalitesini artırmada partnerlerin birbirlerinin cinsel yaşam ihtiyaçlarına karşılık veriyor olmaları ve bu ihtiyaçlara nasıl karşılık verdikleri oldukça belirleyicidir (Çağ & Yıldırım, 2013). Dolayısıyla, partnerlerin cinsel doyumlarının artışı hem

evlilik hem de flört döneminde olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesini pozitif yönde etkileyebilmektedir.

Duygusal yeme ölçeği ile romantik ilişkisi olan erkeklere uygulanan cinsel doyum ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarına göre, erkeklerde duygusal yeme davranışı ve cinsel doyum arasında, duygusal yeme ölçeğinin gerginlik durumlarında yeme alt boyut puanlarıyla, cinsel doyum ölçeğinin sıklık alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunurken; duygusal yeme ölçeğinin uyaran karşısında kontrol alt boyut puanlarıyla cinsel doyum ölçeğinin kaçınma alt boyutu arasında da anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ölçeklerin diğer alt boyutları arasında ise kuvvetli bir ilişkinin varlığından söz edilememektedir.

Duygusal yeme ölçeği ile romantik ilişkisi olan kadınlara uygulanan cinsel doyum ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarına göre ise, kadınlarda duygusal yeme davranışı ve cinsel doyum arasında, duygusal yeme ölçeğinin gerginlik durumlarında yeme alt boyut puanlarıyla, cinsel doyum ölçeğinin doyum ve orgazm bozukluğu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken; duygusal yeme ölçeğinin olumsuz duygularla başa çıkabilme alt boyut puanlarıyla, kadınlarda cinsel doyum ölçeğinin doyum ve orgazm bozukluğu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu; duygusal yeme ölçeğinin kendini kontrol edebilme alt boyut puanlarıyla kadınlarda cinsel doyum ölçeğinin doyum alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve doğru orantılı bir ilişki olduğu; duygusal yeme ölçeğinin uyaran karşısında kontrol alt boyut puanlarıyla kadınlarda cinsel doyum ölçeğinin iletişim alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ve son olarak duygusal yeme ölçeğinin toplam alt boyut puanlarıyla cinsel doyum ölçeğinin doyum ve orgazm bozukluğu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ölçeklerin diğer alt boyutları arasında ise kuvvetli bir ilişkinin varlığından söz edilememektedir. Bu bağlamda veriler ışığında, romantik ilişkisi olan erkeklerin cinsel ilişki sıklığı ve cinsel ilişkiden kaçınma davranışları ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilirken; romantik ilişkisi olan kadınların, cinsel yaşamları, cinsel işlev bozuklukları ve cinsel doyumları ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilmekte fakat hangisinin hangisine sebep olduğu bilinmemektedir.

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerde duygusal yeme, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki ilişkilerin demografik değişkenlere göre incelenmesine yönelik bulgular bir sonraki bölümde ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

4.2 Değişkenlerin Demografik Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi

Bu bölümde, Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği (kadın ve erkek formu) puanlarının sırasıyla cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, ilişki durumu, ilişki süresi, aylık gelir, yeme bozukluğu tanısı ve beden kitle indeksinden oluşan demografik değişkenlerle arasındaki ilişkiye yönelik ortaya konulan bulgular tartışılmıştır.

4.2.1 Değişkenlerin Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi

Veriler ışığında, algılanan ilişki kalitesi ve duygusal yeme arasında cinsiyetler arası anlamlı bir fark olduğunu; algılanan ilişki kalitesinin alt boyutlarından en az birindeki azalma ve/veya eksiklik hâlinde kadınlarda gerginlik durumlarında yeme, olumsuz duygularla başa çıkabilme için yeme, kendini kontrol edebilme ve duygusal yeme eğiliminin erkeklere oranla daha fazla görüldüğünü söylemek mümkündür.

Daha önce yapılan çalışmalar da kişilerde duygusal yeme davranışı ve eğilimi görülmesi üzerinde cinsiyetin ayırıcı rolü olduğunu desteklemekte; kadınlarda duygusal yeme puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Nernekli, 2017). Bu bağlamda, olumsuz durumla başa çıkma amacıyla yeme ve gerginlik, stres varlığında yeme kadınlarda daha çok görülmektedir denilebilir. Dolayısıyla, çiftlerin algıladıkları ilişki kalitesindeki düşüklük veya azalma sonucunda, kadınlarda duygusal yeme davranışının ortaya çıkması erkeklere göre daha yüksektir. Veriler ışığında, algılanan ilişki kalitesindeki azalma ve/veya eksikliğin kadınlarda daha çok duygusal yeme davranışına sebep olduğu sonucu diğer çalışmaları desteklemekle birlikte; duygusal yeme davranışının kadınlarda erkeklere oranla daha sık görülmesinin pek çok sebebi olabilirken, araştırma kapsamınca herhangi bir yorum yapılamamaktadır.

4.2.2 Değişkenlerin Yaşa Göre Değerlendirilmesi

Veriler ışığında, romantik ilişkisi olan erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi ve duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi arasında yaş üzerinden anlamlı bir farktan bahsetmek mümkün değilken; romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumlarına yaş üzerinden bakıldığında anlamlı bir farklılıktan bahsedilebilir. Erkeklerde erektil disfonksiyon ve prematür ejakülasyon yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşırken; erektil disfonksiyon 25-30 yaş aralığındaki, prematür ejakülasyon ise 31-35 yaş aralığındaki erkeklerde daha sık görülmektedir. Romantik ilişkisi olan 40 yaş üstü kadınlarda ise cinsel iletişim ve dokunmanın

20-40 yaş aralığındaki romantik ilişkisi olan kadınlara oranla daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. Bu bağlamda veriler ışığında, partnerlerin yaşının algılanan ilişki kalitesi ve duygusal yeme davranışında ayırıcı bir etkisi olmadığı söylenebilirken, cinsel yaşam, cinsel işlev bozuklukları ve cinsel doyumun partnerlerin cinsiyeti ve yaşına göre farklılaştığı söylenebilmektedir. Tüm bunlarla birlikte, araştırma kapsamınca partnerlerin yaşları ve mevcut romantik ilişkilerinin süresi birlikte değerlendirilmemiş olup aldatmanın, herhangi bir stresörün ve çocuğun varlığı bilinmemektedir. Ek olarak, ayırıcı etkisi yaş üzerinden incelenen algılanan ilişki kalitesi, duygusal yeme davranışı ve cinsel doyuma kişilerin romantik ilişkilerin hangi döneminde oldukları, evliler ise evlilik öncesi flört dönemlerinin süresi bilinmemektedir. Tüm bunlar verilerin değerlendirilmesini yetersiz kılmaktadır.

4.2.3 Değişkenlerin Eğitim Durumuna Göre Değerlendirilmesi

Veriler ışığında, eğitim durumu lisansüstü olan romantik bir ilişki içindeki kadın ve erkeklerde olumsuz durumlarla başa çıkabilme ve uyaran karşısında kontrol durumlarında yeme davranışının lise mezunu romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerden daha sık görüldüğünü; öte yandan, üniversite mezunu romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerde de lise mezunu romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklere göre uyaran karşısında yeme davranışının daha sık görüldüğünü söylemek mümkündür. Ek olarak, cinsel doyumun romantik ilişkisi olan lise mezunu kadınlara göre, üniversite mezunu kadınlarda daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bu bağlamda veriler ışığında, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerde eğitim düzeyi arttıkça duygusal yeme davranışı görülme sıklığının ve cinsel doyumun arttığı söylenebilirken; duygusal yeme davranışının eğitim düzeyi arttıkça daha sık görülüyor olmasının sebepleri araştırma kapsamınca bilinmemektedir.

4.2.4 Değişkenlerin Çalışma Durumuna Göre Değerlendirilmesi

Yapılan çalışmadaki değerlendirilen veri sonuçlarına göre, romantik ilişkisi olan erkek ve kadınlarda çalışma durumunun algılanan romantik ilişki kalitesi ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide etkili olmadığı bulunmuştur. Buna karşın, araştırma kapsamınca romantik ilişkisi olan kişilerin kaç yıldır çalıştıkları, hangi meslek grubundan oldukları, romantik ilişki içerisindeki iki partnerin de çalışıp çalışmadığı bilinmemekle beraber, araştırmaya katılan katılımcıların %30.3'ü öğrenciler ve çalışmayan kişilerden oluşmaktadır. Bu durum romantik ilişki olan kadın ve erkeklerde algılanan ilişki kalitesiyle duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide çalışma durumu ayırıcı bir etkisi olmadığını mevcut çalışma kapsamında söylemeyi

mümkün kılarsa da katılımcı dağılımı ve çalışmada araştırılmayan bileşenler göz önünde bulundurulmalıdır.

4.2.5 Değişkenlerin İlişki Durumuna Göre Değerlendirilmesi

Duygusal yeme ile algılanan romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişki romantik ilişki durumu üzerinden incelenecek olursa; evlilerde olumsuz duygularla başa çıkabilme için yeme davranışının flört dönemindeki kişilerden daha sık görüldüğü söylenebilir.

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları romantik ilişki üzerinden değerlendirildiğinde ise, evli erkeklerde erektil disfonksiyon daha sık görülürken; flört döneminde olan kadınlarda kaçınmanın daha az, dokunmanın ise daha sık görüldüğü söylenebilir.

Bu bağlamda veriler ışığında, flört dönemindeki kadın ve erkeklerde duygusal yeme davranışı görülme sıklığının evli kişilere göre daha az olduğu; öte yandan, cinsel yaşam, cinsel işlev bozukluğu görülme sıklığının ve cinsel doyumdaki azalmanın da evlilerde flört dönemindeki kadın ve erkeklere oranla daha fazla olduğu söylenebilmektedir. Veriler, ilişkisinin süresinden bağımsız, ilişkinin resmiyet kazandığı evlilik durumunda partnerlerin cinsellik, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesindeki azalma ve/veya eksiklik durumlarında daha çok duygusal yeme davranışında bulunduklarını ve cinsel ilişki sıklığı, dokunma ile cinsel yakınlığın kadınlarda belirgin olarak daha fazla olduğunu; erkeklerde ise erektil disfonksiyon görülme sıklığının daha fazla olduğunu gösterirken, romantik ilişkinin bu iki evresi arasında partnerlerin duygusal yeme davranışları ve cinsel doyumlarındaki farkın kaynağı araştırma kapsamınca bilinmemektedir.

Tüm bunlarla beraber, mevcut araştırma kapsamınca, flört dönemindeki kadın ve erkeklerde duygusal yeme davranışı görülme sıklığının evli kişilere göre daha az olduğu; öte yandan, cinsel işlev bozukluğu görülme sıklığının ve cinsel doyumdaki azalmanın evlilerde flört dönemindeki kadın ve erkeklere oranla daha fazla olduğu söylenebilmektedir.

Daha önce yapılan çalışmalar da evli kişilerin cinsel doyumunun flört dönemindeki kişilerin cinsel doyum düzeylerine göre anlamlı düzeyde az olduğunu ortaya koymaktadır.

4.2.6 Değişkenlerin İlişki Süresine Göre Değerlendirilmesi

Yapılan çalışmada, duygusal yeme ile algılanan ilişki kalitesi arasındaki ilişkide ilişki süresinin etkisi araştırılmıştır. İlişki süresi 0-1 yıldan daha fazla olan romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerde, algılanan ilişki kalitesi azaldıkça duygusal yeme davranışının görülmesi daha sık bulunurken; ilişki süresi arttıkça algılanan ilişki kalitesinin arttığı gözlemlenmiştir.

Öte yandan, veriler ışığında, ilişki süresinin belirleyici ve/veya ayırıcı etkisi cinsel doyum düzeyi üzerinden kadın ve erkek olmak üzere ayrı ayrı incelendiğinde ilişki süresi 8 yıl üstü olan erkeklerde doyumun daha az olduğu; ilişki süresi 0-1 yıl aralığında olan kadınlarda ise cinsel ilişki sıklığı ve kaçınmanın daha fazla olduğu belirlenmiştir.

Veriler ışığında, ilişki süresi arttıkça duygusal yeme davranışının daha sık görülmesi ile evlilerde duygusal yeme davranışının kadın ve erkeklere oranla daha sık görülmesi; ilişkinin boyutu, bağlılık, adanmışlık arttıkça ilişkide yaşanan problemlerle baş etmek adına kişilerin daha sık, sağlıklı bir baş etme yöntemi olarak, duygusal yeme davranışı gösterdiklerini fakat buna rağmen ilişkide kalmaya devam ettiklerini söyleyebilmek mümkündür. Buna karşın 0-1 yıl aralığında ilişkisi olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyum düzeyinde azalma ve/veya eksiklik durumlarında duygusal yeme davranışının sık görülüyor oluşunun ilişki kalitesini oluşturan alt boyutların henüz belirgin biçimde ilişki içine yerleşmemiş olabileceğin kaynaklandığı düşünülmektedir.

4.2.7 Değişkenlerin Aylık Gelire Göre Değerlendirilmesi

Romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide aylık gelirin yordayıcı rolü olmadığı bulunmuştur. Bununla birlikte, cinsel doyumun cinsiyetler arası farklılaşmasında erkeklerde aylık gelirin belirleyici rolüne rastlanılmazken, kadınlarda aylık gelir arttıkça kaçınmanın arttığı ve dokunmanın azaldığı söylenebilir.

Bu bağlamda veriler ışığında, romantik ilişkisi olan kadınların aylık gelirleri arttıkça cinsel yaşam ve cinsel tutumlarında azalma görüldüğü söylenebilmektedir.

4.2.8 Değişkenlerin Yeme Bozukluğu Tanısına Göre Değerlendirilmesi

Veriler ışığında hem kadın hem erkekler için yeme bozukluğu tanısının varlığı ile cinsel doyum arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmüştür. Buna karşın, yeme bozukluğu tanısı olan katılımcılarda algılanan ilişki kalitesindeki düşüklük veya azalmanın, olumsuz duygularla baş etme ve stres ve/veya gerginlik durumlarında duygusal yeme davranışı ve/veya eğiliminin görülmesinin herhangi bir yeme bozukluğu tanısı olmayan katılımcılardan daha fazla olduğu görülmektedir. Bu sonuç daha önce yapılan araştırmaları destekler niteliktedir.

Yeme davranışı kişinin duygularından oldukça etkilenmekle birlikte; öğünlerin sıklığının, miktarının ve öğünlerde ne yendiğinin kişinin psikolojik gereksinimleriyle yakından ilişkili olduğunu ortaya konmaktadır. Daha önce yapılan çalışmalar bozulmuş ve sağlıklı olmayan

yeme örüntüsüne sahip kişilerin duygularını düzenleme becerilerinin yeterli olmadığını desteklerken; bu kişilerin duygularını ve içsel uyarılarını tanımlamakta, olumsuz duygulanımlarının kabulü, doğru ve işlevsel strateji kullanımında zorlandıklarını belirtmektedir (Altınel, 2018). Bu kişiler genellikle maladaptif bir strateji olarak, olumsuz duygulanımlarına karşılık besin alımı gerçekleştirirler. Bu bağlamda, yeme bozukluğu tanısı olan ve romantik bir ilişki içinde bulunan kadın ve erkeklerde, ilişkilerindeki mevcut bir sorunun varlığında duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi görülmesi herhangi bir yeme bozukluğu tanısı almamış kadın ve erkeklere göre daha yüksektir.

4.2.9 Değişkenlerin Beden Kitle İndeksine (BKİ) Göre Değerlendirilmesi

Veriler ışığında, duygusal yeme ölçeğinin olumsuz duygularla başa çıkabilme, kendini kontrol edebilme, uyaran karşısında kontrol alt boyutları ve toplam puanlarına katılımcıların beden kitle indeksi üzerinden bakıldığında kişinin beden kitle indeksi değerinin puanlar üzerinde ayırıcı etkisi olduğu belirlenmiştir. Öte yandan, BKİ değerinin kadınlarda cinsel doyumunu etkileyen etmenlerden biri olduğu; erkeklerde ise BKİ değeri ile cinsel doyum arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığı sonucuna varılmıştır. Bu bağlamda, BKİ değeri 25-30 ve 30 üzeri olan özellikle kadın katılımcılarda duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi görülmesinin BKİ değeri 25 altı katılımcılardan daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuç, daha önce yapılan araştırmaları destekler niteliktedir.

Yeme davranışını etkileyen birçok etmen olmakla birlikte, bu etmenlerden biri de beden kitle indeksidir (Arslan, 2020). Gıdalara erişimin her geçen gün daha kolay hâle gelmesi ve her an ulaşılabilir olması, olumsuz duygularla yiyerek baş etmedeki artışta önemli bir role sahiptir. Öte yandan, içsel uyarılarına ve duygularına yiyerek yanıt veren kişilerde obezite görülme sıklığı da azımsanmayacak düzeyde artmaktadır. Bu durumda fizyolojik açlık yerini duygusal açlığa bırakmaktadır ve kişi fizyolojik açlık sinyallerine göre beslenmek yerine, duygu ve düşüncelerine göre beslenmeye başlamaktadır (Ata, Vural ve Keskin, 2014). Mevcut araştırmada bu sonuca ulaşılammış olursa da daha önce yapılan çalışmalar, erkeklerde BKİ değeri ile cinsel doyum arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani, BKİ değeri obezite aralığında olan erkeklerin cinsel doyumlarında azalma görülmektedir. Öte yandan, yapılan çalışmalar BKİ değeri obezite aralığında olan kadınların beden algılarının düşük olduğunu göstermekte; bu bağlamda cinsel ilişkiye girmekten kaçındıklarını ve cinsel doyumlarının düşük olduğunu ortaya koymaktadır (Küçük, Mecdi Kaydırak, Aydın Bilge ve Hotun Şahin, 2018).

4.3 Çalışmanın Sınırlılıkları

Bu bölümde heteroseksüel romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin duygusal yeme düzeylerinde algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyumun aracı değişken rolü değerlendirilmiştir. Literatürde mevcut değişkenler arasında bir ilişkinin varlığına rastlanılmamakla birlikte; duygusal yeme, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi ilk kez araştırılmıştır.

Araştırmanın sonucunda romantik ilişkisi olan kişilerin duygusal yeme düzeyleri ile algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyumları arasında pozitif yönlü bir ilişki olması beklenmiştir. Henüz ortaya çıkaran sebepleri net olarak bilinmeyen duygusal yeme davranışına etki eden sebeplerden birini araştırma amacı güden çalışmada, duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi romantik ilişkiler üzerinden değerlendirilmiştir. Ayrıca, partnerlerin algıladıkları ilişki kalitesini belirleyen doyum, adanmışlık, yakınlık, güven, tutku ve aşk boyutlarından en az birindeki düşüklük ve/veya azalma ile cinsel doyum arasında anlamlı bir ilişki olduğu test edilmiştir. Üç bileşenin de birbiriyle etkileşim hâlinde olduğu ve birbirlerini direkt ve/veya dolaylı olarak etkilediği hipotezi ile bileşenler demografik değişkenler üzerinden de değerlendirilmiştir.

Bu bağlamda yapılan çalışmanın çalışma alanı kapsamında literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir. Buna karşın, çalışmanın birtakım sınırlılıkları mevcuttur. Çalışmanın sınırlılıklarından biri, araştırma örnekleminin sayıca sınırlı olması ve örneklemin demografik özellikler üzerinden eşit dağılmamış olmasıdır. Çalışmanın örneklemini araştırmacının erişebildiği katılımcıları kapsamaktadır. Bu sebeple yapılan analizler için hedeflenen profile uygun, eşit dağılım sağlanamamıştır.

Demografik özelliklere cinsiyet üzerinden bakıldığında kadınların sayıca fazla olduğu; yaş üzerinden bakıldığında 25-30 yaş arasındaki katılımcıların sayıca fazla olduğu; eğitim durumu üzerinden katılımcıların çoğunluğunu üniversite mezunlarının oluşturduğu; çalışma durumu üzerinden bakıldığında çalışan katılımcıların sayıca fazla olduğu; ilişki durumu üzerinden bakıldığında flört dönemindeki katılımcıların evli katılımcılardan sayıca fazla olduğu ve eşit dağılımın ilişki süresi, aylık gelir, yeme bozukluğu tanısı ve beden kitle indeksinde de olmadığı görülmektedir. Bu durumun araştırmanın çıktılarına etkilemiş olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu sınırlılıkların araştırma sonuçlarını etkilemiş olabileceği gibi, sonuçların genellenebilirliğini de etkilediği düşünülmektedir.

Öte yandan, araştırmanın örneklemini 20-45 yaş aralığındaki romantik ilişkisi olan kadın ve erkekler oluşturmaktadır. Araştırmadaki yaş sınırı araştırmanın sonuçlarını etkilemiş olabileceği gibi yaşı 20-45 yaş aralığıyla sınırlandırılması, 20 yaş altı ve 45 yaş üstü romantik ilişkisi olan kişileri araştırma dışı bırakarak hem anketin yeterli kişiye ulaşımını sınırlamış hem de araştırmanın bütünsel olarak değerlendirilmesini olanaksız kılmıştır.

Bir diğer sınırlılık, katılımcılardan cevaplamaları istenen anket sorularının görece fazla olması ve tamamlamanın uzun sürmesi nedeniyle birçok katılımcının anketi tamamlamamış olmasıdır.

Ayrıca, kişilerin özellikle cinsel doyumlarını ve duygusal yeme düzeylerini ölçen anket sorularının, gündelik yaşamda bile kişiyi sınırlayan, ifade etmesi kolay olmayan konular olması nedeniyle yarıda bırakılıp tamamlanmamasına neden olması araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Öte yandan, katılımcıların duygusal yeme ve yeme bozukluğunun anlam karşılığını bilmemesinden kaynaklı, yeme bozukluğu tanısı alan kişilerin doldurduğu yeme bozukluğu tanısı alanına yeme bozukluğu olmayan konu başlıkları yazmış olması bazı verileri geçersiz kılmıştır. Bu bağlamda, anket verileri uygulanmadan önce yeterli bilgilendirme ve tanımlamaların yapılmamış olması araştırmanın sınırlılıklarından biridir.

Son olarak, uygulanan anket soruları katılımcıların kişisel cevaplarına dayanmaktadır ve katılımcılar anket sorularını değerlendirirken herhangi bir objektif değerlendirme aracı kullanılmadığı için katılımcıların yanıtlarının anket sorularını yanıtlarken bulundukları ortam, durum, kişi ve/veya zamandan etkilenmiş olabileceği düşünülmektedir. Ek olarak, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerden oluşan katılımcı profilinde, duygusal yeme davranışı algılanan romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum üzerinden incelenmiştir fakat bu bağlamda, olası başka bir stresörün varlığı, aldatmanın varlığı, çocuğun varlığı, evli olan kişilerin evlilik öncesi beraberlik süresi, flört dönemindeki çiftlerin birlikte veya farklı hanelerde yaşayıp yaşamadığı, özellikle evli kişilerin hanelerindeki kişi sayısı gibi dinamikler araştırma kapsamınca incelenmemiş olup verilerin genellenebilirliğini kısıtlamakla birlikte, araştırmanın sınırlılıklarından biri olmaktadır.

Nihayetinde, mevcut araştırmanın yukarıda değinilen sınırlılıklar dikkate alınarak değerlendirilmesi önem taşımaktadır. Araştırmanın sınırlılıklarının ve araştırma bulgularının ileride yapılacak çalışmalara fikir oluşturma noktasında önem arz edeceği düşünülmektedir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırmada heteroseksüel romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin duygusal yeme düzeylerinde, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesinin aracı rolü incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları, algılanan romantik ilişki kalitesiyle cinsel doyum arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Doyum, adanmışlık, aşk, tutku, güven ve yakınlık boyutlarından oluşan algılanan ilişki kalitesi ile cinsel doyum arasında doğru orantılı bir ilişki vardır. Dolayısıyla, mevcut araştırmanın cinsel doyum arttıkça algılanan ilişki kalitesi artar hipotezi desteklenmiştir. İkinci hipotez, romantik ilişkisi olan kişilerin algıladıkları ilişki kalitesi azaldıkça, duygusal yeme davranışlarının ve/veya eğiliminin artacağıydı. Bu bağlamda, romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerde algıladıkları ilişki kalitesi ile duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış olup cinsiyet bazında bir ayırmadan söz etmek de mümkün olmamıştır. Üçüncü hipotez, romantik ilişkisi olan kişiler cinsiyet üzerinden incelendiğinde, duygusal yeme davranışları ve/veya eğilimlerinin cinsel doyum ve algılanan ilişki arasındaki yordayıcı rolünde cinsiyetler arası anlamlı bir fark olduğuydu. Erkeklerde algılanan ilişki kalitesinin duygusal yeme ile ilişkisi bulunamamış olup yalnızca uyaran karşısında yeme durumu ile cinsellikten kaçınma arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna karşın kadınlarda, cinsel doyum ile duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve özellikle yaşanan cinselliğin niteliği ve iletişim, doyum ve orgazm bozukluğu ile ilgili düşünceleri ile duygusal yeme davranışı arasında negatif yönde güçlü bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Başka bir ifadeyle, kadınlarda cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesindeki azalma ve/veya düşüklük durumunda duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi erkeklere göre daha sık görülmektedir. Dolayısıyla algılanan ilişki kalitesi ve cinsel doyumun duygusal yeme üzerindeki yordayıcı rolünde, cinsiyetler arası anlamlı bir ayırım olduğu literatür ve yapılan anket çalışmalarıyla da desteklenmiş ve araştırmanın üçüncü hipotezi doğrulanmıştır. Dördüncü hipotez romantik ilişkisi olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları ve algıladıkları ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğuydu. Araştırmanın sonuçları, kadınların algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyumları arasında güçlü derecede anlamlı bir ilişkinin varlığını ortaya koyarken; erkeklerin algıladıkları ilişki kalitesi ve cinsel doyumları arasında da anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu şekilde, araştırmanın dördüncü hipotezi de desteklenmiştir. Romantik ilişkilerin flört ve evlilik dönemlerinde kadın ve erkeklerin duygusal yeme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi, evlilerde özellikle duygusal yeme ölçeğinin olumsuz duygularla başa çıkabilme alt boyutunda anlamlı düzeyde flört dönemindeki kişilerden daha sık görülmesiyle farklılaşarak

desteklenmiştir. Bu bağlamda, ilişkide yaşanan olumsuz duygulanımlar, stres ve kaygı ve sorunun varlığında evlilerde duygusal yeme davranışı görülmesi flört dönemindeki kişilere göre daha sıktır denilebilmektedir. Altıncı hipotez ise romantik ilişki süresinin partnerlerin cinsel doyum ve ilişki kalitesini etkilediğiydi. Bu bağlamda araştırma sonuçları, ilişki süresi 5-8 yıl olan katılımcıların, ilişki süresi 0-1 yıl olan katılımcılara göre algıladıkları ilişki kalitesinin daha yüksek olduğunu göstermekte; dolayısıyla, ilişki süresi arttıkça algılanan ilişki kalitesi artar denilebilmektedir. Öte yandan, erkeklerde ilişki süresi arttıkça doyumun azaldığı; kadınlarda ise ilişki süresi arttıkça sıklığın azaldığı ve kaçınmanın arttığı görülmektedir. Özetle, romantik ilişki süresinin algılanan ilişki kalitesi ve cinsel doyum üzerinde kısmi aracı rolü olduğu söylenebilmektedir. Sonuç olarak, hipotez ile araştırma verileri tutarlı olmakla beraber, hipotezi destekleyen daha güçlü verilere ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu araştırma duygusal yeme, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi kavramlarının birlikte araştırıldığı oldukça sınırlı çalışmanın olduğu dikkate alınarak değerlendirildiğinde, araştırmanın kuramsal ve pratik katkıları olduğu söylenebilmektedir. İlişki kalitesi ve cinsel doyumun romantik ilişkisi olan kişilerin duygusal yeme davranışlarını ve/veya eğilimlerini yorduyor olmasının önem taşıdığı düşünülmektedir. Öte yandan, bu üç kavramı birlikte ele alan ilk çalışma olmasının bu kapsamda yapılacak ileriki çalışmalara öncülük etmesi ve fikir oluşturması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Pratik olarak ise özellikle cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesinin duygusal yeme davranışı üzerine dolaylı etkisine dair bulgular, ortaya çıkış sebebi net olarak bilinmeyen fakat pek çok etmene bağlı ortaya çıkabildiği düşünülen duygusal yeme davranışının olası sebeplerinden birini ortaya koyarak bu bağlamda önemli çıkarımlar sunmaktadır. Mevcut araştırmanın romantik ilişkileri cinsellik, aşk, tutku, bağlılık, doyum, adanmışlık, güven ve yakınlık olmak üzere bir bütün olarak görmenin ve ilişkinin dinamiklerini oluşturan bu faktörlerden en az birinin zarar görmesinin, romantik ilişkinin yanı sıra, kişinin kendisinde olası zararlar yaratabileceği; duygu ve düşünceler yansıtılmadığında, fizyolojik ihtiyacın yerini duygusal ihtiyaçların alıp kişilerin duygusal ihtiyaçlarını giderebilmek amacıyla işe yaramayan, işlevsel olmayan baş etme stratejileri geliştirebileceğini ve bu işlevsel olmayan baş etme stratejilerinden birinin duygusal yeme davranışı olarak kişiyi duygusal yiyici yapabileceğini sunması önem arz etmektedir.

Gelecekteki Çalışmalar İçin Öneriler

Mevcut tez çalışmasında romantik ilişkisi olan kişilerin duygusal yeme düzeyleri, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi üzerinden değerlendirilmiş; değişkenlerin birbirleri ile olan ilişkisi ayrıntılı şekilde ele alınmıştır. Kavramlar arası ilişkilerin ileride yapılacak çalışmalarda sınırlılıklar aşılarak çalışılması gerekliliği vardır. Öte yandan, yaş sınırlamasının daha geniş bir aralıkta tutulması, daha fazla katılımcıya erişim ve demografik değişkenlerin eşit oranlarda olmasına dikkat edilmesi örneklemin genellenebilirliği için önem arz etmektedir.

Tüm bunların yanında, araştırmaya romantik ilişkisi olmayan kişilerin de dahil edilmesi katılımcı sayısının artıp çalışmanın genellenebilirliğine zemin oluşturabilirken; aynı zamanda, romantik ilişkide olmanın kişinin duygusal yeme davranışı ve/veya eğilimi üzerinde koruyucu ve/veya ayırıcı etkisi olup olmadığını ortaya koymak adına fayda sağlayabilir. Ek olarak, değişkenlerin birbirleri ile olan ilişkisinin ölçümünde kullanılan anket sorularının uygulanmasında farklı yöntemler geliştirilerek çalışmanın objektifliği artırılabilir.

Bunlarla birlikte, katılımcıların yeme bozukluğu ve duygusal yeme tanımını bilmediği göz önünde bulundurularak; anket soruları uygulanmadan önce kavramların kısaca tanımlanması, doğru verilerin alınması açısından önem arz edebilir. Araştırmanın sınırlılıklarından biri olan, değerlendirilen anket verilerinde katılımcıların duygusal yeme ve yeme bozukluğunun anlam karşılığını bilmemesinden kaynaklanan geçersiz verilerin olması, bu konuda farklı yöntem ve/veya bilgilendirilmelerin yapılması gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Ayrıca mevcut araştırmanın sınırlılıklarının aşıldığı durumda duygusal yeme, cinsel doyum ve algılanan ilişki kalitesi arasında güçlü bir neden-sonuç ilişkisi kurulabilmesi adına; bu üç kavramın birbirleri ile ilişkisinin daha detaylı incelenmesi araştırmayı daha anlamlı kılmakla birlikte, literatüre önemli katkı sağlama potansiyeli oluşturacaktır.

Tüm bunların göz önünde bulundurulması ile romantik ilişkisi olan kişilerin cinsel doyum ve algıladıkları ilişki kalitesinin duygusal yeme düzeyi üzerindeki etkisi hakkında yapılacak ileriki çalışmaların değerlendirilmesinde daha anlamlı ve güçlü sonuçların çıkmasına olanak sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akdevelioğlu, Y., & Yörüşüm, T. Ö. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutum Ve Davranışlarına İlişkin Bazı Faktörlerin İncelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2019(1), 19–28.
- Altınel, Ş. (2018). Kadınlarda Yeme Bozuklukları Belirtilerinin Algılanan Ebeveynlik Biçimi, Duygu Düzenleme Güçlüğü, Psikolojik İyi Oluş ve Yeme Tutumları ile İlişkileri. In *Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Altıntaş, M., & Özgen, U. (2017). Kişilik Yapısının Yeme Biçimleri Üzerindeki Etkisi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(5), 1797–1810. <http://dergipark.gov.tr/ijsser>
- Altın, Z. (2017). The Physiology of Hunger. *The Journal of Tepecik Education and Research Hospital*. <https://doi.org/10.5222/terh.2017.179>
- Amerikan Psikiyatri Birliği, *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, 5. Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı'ndan, çev. Köroğlu E, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2014.
- Arslan, M. (2020). Lise Öğrencilerinin Beden Algısı ve Yeme Tutumunun İncelenmesi ve Bunların BKİ (Beden Kitle İndeksi) ile İlişkisinin Değerlendirilmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(26), 107–117. <https://doi.org/10.21076/vizyoner.651699>
- Ata, A., Vural, A., & Keskin, F. (2014). Beden Algısı ve Obezite. *Ankara Medical Journal*, 74–84.
- Atak, H., & Taştan, N. (2012). Romantik İlişkiler ve Aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520–546.
- Aydın Beşen, M. (2014). Cinsellik ve Estetik. *Düzce Tıp Fakültesi Dergisi*, 70–72.
- Başar, K., & Yüksel, Ş. (2014). Çocukluktan yetişkinliğe cinsiyet kimliği ile ilgili sorunlar: uygun değerlendirme ve izlem. *Psikiyatride Güncel*, 389–404.
- Bilgen, S. (2018). *Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği Geliştirilmesi, Geçerlilik ve Güvenirliliği Çalışması*.

- Bozdemir, N., & Özcan, S. (2011). Cinselliğe ve Cinsel Sağlığa Genel Bakış. *TURKISH JOURNAL OF FAMILY MEDICINE AND PRIMARY CARE (TJFMPC)*, 5(4), 37–46.
- Büyüköztürk, Ş. Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri (2. Basım). Ankara: Pegem Akademi
- Çağ, P., & Yildirim, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 13–23.
- Çolak, H., & Aktaş, Ş. (2019). Ağırlık Yönetimine Yeni Bir Yaklaşım: Yeme Farkındalığı. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 212–222.
- Cooper, Z., Cooper, P. J., & Fairburn, C. G. (1989). The validity of the eating disorder examination and its subscales. *British Journal of Psychiatry*, 154(JUN.), 807–812. <https://doi.org/10.1192/bjp.154.6.807>
- Deveci, B., Avcıkurt, C., & Deveci, B. (2017). Yeme Davranışı: Gastronomi ve Mutfak Sanatları Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(5), 118–134. <https://doi.org/10.21325/jotags.2017.86>
- Genç, A. (2019). Obezite ve Beslenmenin Psiko-Sosyal Boyutu. *Beslenme ve Obezite, Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları*, 51–66.
- Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches In Psychiatry*, 68–79.
- Güzey, M. (2014). Kadınlarda Ağırlık Yönetiminin Yeme Tutum Davranışı Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi. In *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Bölümü*.
- İnalkaç, S., & Arslantaş, H. (2018). Duygusal yeme. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 27(1), 70–82.
- İncesu, C. (2004). *Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları*.
- Keçe, C. (2019). *Boşalma, Orgazm ve Cinsel Doyum* (S. Yağcı, Ed.; 5th ed.). Pusula Yayınevi.
- Kiray Vural, B., & Bayik Temel, A. (2010). *Cinsel Doyumun Yordanmasında Bazı Faktörlerin İncelenmesi* (Vol. 13).

- Küçük, N., Mecdi Kaydırak, M., Aydın Bilge, Ç., & Hotun Şahin, N. (2018). Kadınlarda Obezitenin Benlik Saygısı ve Cinselliğe Etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry* , 19(2), 126–134.
- Leblebicioğlu, M. (2018). *Algılanan Stres, Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.
- Macht, M., Haupt, C., & Salewsky, A. (2004). Emotions and eating in everyday life: Application of the experience-sampling method. *Ecology of Food and Nutrition*, 43(4), 11–21. <https://doi.org/10.1080/03670240490454723>
- Nernekli, M. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Dayanıklılık, Beden İmajı ve Emosyonel Yeme Arasındaki İlişki*.
- Okci, B. (2017). *Cinsel Yönelimin Bağlanma Stilleri, Cinsel Doyum Ve Psikopatoloji Yönünden Değerlendirilmesi*.
- Özlü, T., Güven, N., Kenger, E. B., Tümer, H., & Ergün, C. (2020). Anoreksiya Nervoza ve Tıkınırcasına Yeme Bozukluğunu Bir Yıl Ara ile Yaşamak; Olgu Sunumu Living Anorexia Nervosa and Binge Eating Disorder With One Year Period; Case Report. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, 279–281. <https://doi.org/10.22312/sdusbed.660046>
- Rodoplu, A. (2019). *Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.
- Saçaklı, A. (2019). Romantik İlişkilerin Gücü. *PiVOLKA*, 14–15.
- Sağkal, A. S., & Özdemir, Y. (2018). Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin (ARİKÖ) Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22–40. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.329888>
- Şahin, D. (2013). Cinsellik ve Cinsel İşlev Bozuklukları. In R. Tükel & S. Çakır (Eds.), *Psikiyatri* (pp. 129–136). İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi .
- Serin, Y. (2018). Emotional eating, the factors which affect food intake and basic approaches of nursing care. *Journal of Psychiatric Nursing*. <https://doi.org/10.14744/phd.2018.23600>
- Seven, H. (2013). Yetişkinlerde Duygusal Yeme Davranışının Beslenme Durumuna Etkisi. *Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*.

- Sevincer, G., & Konuk, N. (2013). Emosyonel Yeme. *Journal of Mood Disorders*, 3(4), 171. <https://doi.org/10.5455/jmood.20130926052526>
- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The Challenge of Romantic Relationships in Emerging Adulthood: Reconceptualization of the Field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>
- Sungur, M. Z. (1998). Cinsel Eğitim. *Klinik Psikiyatri*, 103–108.
- Tanrıverdi, E. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Yeme Davranışlarının ve Duygusal İştahlarının İncelenmesi.
- Taş, L. E. (2018). Doğu Akdeniz Üniversitesinde Okuyan Öğrencilerin İştah, Duygusal Yeme ve Depresyonun Beslenme Durumu Üzerindeki Etkilerinin Değerlendirilmesi.
- Taysi, E. (2007). İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişkinin Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü.
- T.C. Sağlık Bakanlığı İstanbul Sağlık Müdürlüğü Sağlık Araştırmaları Şube Müdürlüğü. (2015). İstanbul Sağlık Müdürlüğü Çalışanlarında Obezitenin Değerlendirilmesinde Beden Kitle İndeksinin İncelenmesi.
- Todd Gillian. (2019). *Yeme Bozuklukları* (N. Yener, Ed.; 2nd ed.). Kuraldışı Yayınları.
- Tuğut, N. (2016). Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin Türkçe Versiyonu: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(2), 183–195. <https://www.researchgate.net/publication/322303364>
- Tuğut, N., & Gölbaşı, Z. (2013). Cinselliğin Değerlendirilmesinde Plissit Modeli'nin Kullanımı. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(4), 524–534.
- Türkseven, A., Söylemez, İ., & Dursun, P. (2020). Cinsel İşlev Bozuklukları İle Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki,.
- Ünal, S. G. (2018). Duygusal Yeme ve Obezite. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2), 30–47.
- Uştuk, O. (2016). Aşk Örüntüleri Üzerine Bir Anlatı Analizi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(3), 59–70.
- Wade, T. D., Bergin, J. L., Martin, N. G., Gillespie, N. A., & Fairburn, C. G. (2006). A transdiagnostic approach to understanding eating disorders. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 194(7), 510–517. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000225067.42191.b0>

EKLER

Ek 1.

SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

- 1) Cinsiyetiniz: K/E
- 2) Yaşınız:
- 3) Boyunuz:
- 4) Kilonuz:
- 5) Eğitim Düzeyiniz: İlköğretim/ Lise/ Üniversite/ Yüksek lisans ve üstü
- 6) Çalışma Durumu: Öğrenci/ Çalışıyor/ Çalışmıyor
- 7) İkamet Ettiğiniz Şehir:
- 8) İlişki Türü: Flört dönemi/ Evli
- 9) İlişki Süresi: 0-1 yıl/ 2-5 yıl/ 5-8 yıl/ 8 yıl ve üstü
- 10) Aylık Geliriniz: 0-2000TL/ 2000-5000TL/ 5000-7000TL/ 7000TL ve üstü



Ek 2.

TÜRKÇE DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ

Aşağıda yaşamınızla ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Herhangi teşhisi konmuş Bulimiya Nervoza, Anoreksiya Nervoza veya Tikanırcasına Yeme Bozukluğunuz yok ise size uygunluk derecesine göre (asla, nadiren, bazen, sıklıkla, neredeyse her zaman) seçeneklerinden bir tanesini işaretleyiniz.

Bu veriler sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır.

S	1	Cinsiyetiniz	Kadın	Erkek		
S	2	Medeni Durumunuz	Evli	Bekar		
S	3	Fiziksel Bilgiler	Kilo	Boy	BKİ	
S	4	Yaşınız	18-24	25-30	31-35	36-40
S	5	Eğitim Durumu	İlkokul	Lise	Üniversite	Yükseklisans

			Asla	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman
S	6	Zor zamanlarda, sağlıksız davranışlara daha eğilimli oluyorum					
S	7	Kendimi baskı altında hissedersen daha çok yerim					
S	8	Stresli olduğum zamanlarda daha çok yerim					
S	9	Kendimi çaresiz hissedersen yemek isterim					
S	10	İş tempom yoğunlaşırsa daha çok yerim					
S	11	Yemeği abarttığımda suçlu hissedirim					
S	12	Yiyecekleri, ödül ve zevk kaynağı olarak kullanırım					
S	13	Aç olmadığımda yerim.					
S	14	Bir şeyler beklediğim gibi gitmezse yemek isterim					
S	15	Bir şeylerden rahatsız olduğumda daha fazla yemek isterim					

		Asla	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman
S 16	Bir konuda depresif ya da üzgünsem yemek yemek isterim					
S 17	Bir konuda endişeli ya da kaygılı hissediyorsam yemek yemek isterim					
S 18	Canımın sıkın olduğu zamanlarda yemek yemek isterim					
S 19	Yalnız hissettiğimde yemek yemek isterim					
S 20	Biri beni üzdüğünde yemek yemek isterim					
S 21	Bana acı veren bir deneyimimi hatırlatan benzer durumlarda yemek yemek isterim					
S 22	Korktuğum zaman yemek yemek isterim					
S 23	Sinirlerimin bozuk olduğu zamanlarda yemek yemek isterim					
S 24	Yaptığım bir şeyden dolayı kötü ya da suçlu hissedersen yemek yemek isterim					
S 25	Kendimi incinmiş hissedersen yemek yemek isterim					
S 26	Heyecanlı olduğum zamanlarda yemek yemek isterim					
S 27	Sorunlarımla baş edebilmek için yemek yerim					
S 28	Yememin kontrolümün dışında olduğunu hissediyorum					
S 29	Lezzetli bir şey görüp kokusunu alırsam onu yemek isterim					
S 30	Başkalarını yemek yerken görürsem ben de yemek yemek isterim					
S 31	Diyet söz konusu olduğunda irademe hakimim					
S 32	Kilo kontrolünde diyetle istikrarı sağlayamıyorum.					
S 33	Lezzetli yiyeceklere karşı koyabilirim					
S 34	Yemek için ısrar edilirse hayır diyebilirim					
S 35	Yiyecekler duygularımla baş etmede bana yardım ediyor.					

Ek 3.

GOLOMBOK-RUST CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ

ERKEK SORU FORMU

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Haftada iki defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
3. Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
4. Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz boşalmayı geciktirebilir misiniz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
5. Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
6. Eşinizin cinsel organına dokunup okşamaktan rahatsızlık duyar mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
7. Eşinizin sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
8. Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden hoşlanmadığınızı sorar mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
9. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili nelerden hoşlanıp hoşlanmadığınızı sorar mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
10. İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
11. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
12. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup, okşamasından zevk alır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
13. Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
14. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
15. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar buluyor musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
16. Önsevişme (öpme, okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?	(...)	(....)	(....)	(....)	(....)
17. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi nedenler dışında)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
18. Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
19. Eşinizle sevişmek istediğinizde ilişkiyi siz başlatır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
20. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
21. İsteddiğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
22. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
23. Cinsel birleşme sırasında cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
24. Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
25. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
26. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
27. Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
28. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)

KADIN SORU FORMU

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı sorarmısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
3. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında) ?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
4. Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
5. Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
6. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
7. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
8. Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
9. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
10. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar bulur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
11. Gerekirse rahatlıkla ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
12. Eşinizin cinsel organına dokunup okşamaktan rahatsız olur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
13. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde rahatsız olur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
14. Sizin için doyuma (orgazm) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
15. Haftada iki defadan fazla cinsel birleşimde bulunur musunuz?	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
16. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
17. Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
18. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
19. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
20. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
21. Önsevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
22. Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi ? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
23. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
24. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
25. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
26. Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
27. Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)
28. Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız? (....)	(....)	(....)	(....)	(....)	(....)

Ek 4.

ALGILANAN ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİ ÖLÇEĞİ

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

1. İlişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 **ÇOK**

2. İlişkinize kendinizi ne kadar adanmış?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 **ÇOK**

3. İlişkinizde birbirinize karşı ne kadar yakınlık hissediyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 **ÇOK**

4. İlişkinizde partnerinize ne kadar güveniyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 **ÇOK**

5. İlişkiniz ne kadar tutkulu?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 **ÇOK**

6. İlişkinizde partnerinizi ne kadar seviyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 **ÇOK**



ÖZGEÇMİŞ

Irmak UZUN liseyi Maltepe Anadolu Lisesi'nde tamamlamıştır. 2017 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi Sosyoloji ve Psikoloji bölümünden mezun olduktan sonra, 2018 yılında İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans eğitimine başlamıştır. Lambdaİstanbul'da, Medical Park Hastaneler Grubu Göztepe Yerleşkesi'nde, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı'nda ve İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi Sosyal Psikiyatri bölümünde Prof. Dr. Doğan Şahin'in yanında stajyer psikolog olarak görev yapmıştır. Psikeİstanbul'dan Psikanalize Giriş Seminerleri, Gottman Çift Terapisi 1. ve 2. düzey eğitimi, Kognitif Davranış Terapileri Derneği'nden Çift ve Cinsel Terapiler eğitimi, Kognitif ve Davranış Terapileri eğitimi ve süpervizyonu almıştır ve halen süpervizyonu devam etmektedir. 2018 yılından bu yana Kognitif Davranış Terapileri Derneği üyesi, 2019 yılından bu yana da Kognitif Davranış Terapileri Derneği yönetim kurulu üyesidir.