


## Beslenme ve Davranış Alanında Kullanılan Ölçekler / Scales Used In Nutrition and Behavior

Fatmanur Hümeysra ZENGİN<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Kastamonu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Kastamonu, Türkiye, humeyrazengin@hotmail.com 

**Geliş Tarihi / Received: 06/03/2023 Kabul Tarihi / Accepted: 30/04/2023 Yayınlanma Tarihi/ Publication Date: 30/04/2023**

Atıf/ Reference: ZENGİN, F.H. (2023). Beslenme ve Davranış Alanında Kullanılan Ölçekler. Kastamonu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi (KÜSBFD), 2(1), s 24-39.

**Özet:** Davranış ve beslenme alanları ayrılmaz bir şekilde bağlantılı olmakla birlikte beslenme ile ilgili davranışlar son derece karmaşıktır. Yeme davranışı özellikle psikolojik faktörler başta olmak üzere birçok faktörden etkilenmektedir. Bu süreci anlamak, yeme davranışlarının farklı yönlerini ölçmek ve değerlendirebilmek için çeşitli ölçme araçları (ölçekler) geliştirilmiştir. Geçerlilik ve güvenilirlikleri kanıtlanmış bu ölçekler ölçme işlemini kolaylaştırmayı sağlamaktadır. Genellikle tanı koymazlar, yeme davranışı ve bozukluklarında durum tespiti yapmaya yardımcı olurlar. Bu ölçekler sayesinde geniş kitleler taranarak beslenme ve davranış arasındaki ilişki aydınlatılmaya çalışılmaktadır. Geniş kitlelerin taranması risk durumunda koruyucu önlemlerin alınmasına ve toplum beslenmesini iyileştirme plan ve politikalarına yol gösterebilir. Bu derlemede, Ocak-Şubat 2023 tarihleri arasında Google Akademik'e 'beslenme, davranış, Türkçe, geçerlilik, güvenilirlik' anahtar kelimeleri yazılarak ulaşılan, beslenme ve davranış alanında Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılmış yaygın kullanılan ölçekler incelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** *Beslenme, Davranış, Ölçekler*

**Abstract:** While behaviour and nutrition are inextricably linked, nutritional behaviours are extremely complex. Eating behaviour is affected by many factors, especially psychological factors. Various measurement tools (scales) have been developed to understand this process and to measure and evaluate different aspects of eating behaviour. These scales, whose validity and reliability have been proven, facilitate the measurement process. They do not usually diagnose, they help to determine the status of eating behavior and disorders. Due to these scales, large masses are scanned and the relationship between nutrition and behaviour is tried to be clarified. Screening of large populations can guide preventive measures in case of risk and plans and policies to improve community nutrition. In this review, some Turkish validity-reliability scales used in the field of nutrition and behaviour were examined. In this review, some scales with Turkish validity-reliability reached by typing the keywords 'nutrition, behavior, Turkish, validity, reliability' into Google Scholar between January and February 2023 were examined.

**Keywords:** *Nutrition, Behavior, Scales*

## 1. Giriş

Davranış ve beslenmenin insan psikobiyojisinde ayrı alanları işgal ettiği, ancak ayrılmaz bir şekilde bağlantılı olduğu bilinmektedir. Yeme davranışı, besinlerin vücuda girip fizyoloji ve metabolizma üzerindeki etkilerini gösterme aracıdır. Bu, yeme davranışını etkileyen herhangi bir faktörün, beslenmenin sağlık üzerindeki etkisini değiştirme potansiyeline sahip olduğu anlamına gelir (Blundell, 2017). Bu doğrultuda yeme davranışlarında meydana gelen bozulmalar obezite, kardiyovasküler hastalıklar, diyabet, hipertansiyon, kanser, osteoporoz gibi birçok hastalık ile ilişkilendirilmektedir (Long ve diğerleri, 2015). Benzer şekilde çok sınırlı besin tüketimi, yediklerini kusma ya da kendini kusturma, laksatif kullanma ve aşırı egzersiz gibi davranışlar da sağlığı olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Deveci ve diğerleri, 2017). Son yıllarda yapılan çalışmalar yeme tutum ve davranışları üzerinde genetik (Klump ve diğerleri, 2009; Persky ve diğerleri, 2017), hormonlar, içinde bulunan duygusal durum, sosyo-demografik faktörler, sağlık politikaları, gıda sektörü, okul politikaları, çocuklar için ebeveynlerin etkileri (Walsh ve diğerleri, 2017), besinin ambalajı, etiketi, rengi (Spence ve Youssef, 2016), geçmiş deneyimler, kültürel ve dini inanışlar, medya, beden algısı, şişmanlık, iştah, ekonomik durum vb. birçok faktörün etkili olduğunu göstermektedir (Story ve diğerleri, 2008; Schwartz ve diğerleri, 2017). Bu faktörlerin çokluğu beslenme ve davranış ilişkisinin anlaşılmasını daha da zorlaştırmaktadır. Davranış beslenmede çok merkezi olduğu için, davranış bilimleri ne yediğimizi ve neden yediğimizi anlamada özellikle önemli bir rol oynar. Yiyeceklerin içinde ne olduğunun incelenmesi son derece önemlidir, ancak insanları kendileri için iyi olanı yemeye ve onlara zarar verecek şeylerden kaçınmaya ikna edemezsek, tüm bu bilgiler yetersiz kalır (Rozin, 1998). Bununla birlikte, yiyeceklerin içinde ne olduğu ve vücudu nasıl etkilediği hakkındaki bilgimiz, insanların bazı yiyecekleri yiyip bazılarını yememelerine neden olan ve belirli anlarda yemeye başlamamıza ve yemeyi bırakmamıza neyin neden olduğu konusundaki anlayışımızdan çok daha ileri düzeydedir. Beslenme ile ilgili davranışlar son derece karmaşıktır; anlayış arayışındaki bu karmaşıklıktan yılmamakla birlikte, neyle karşı karşıya olduğumuzun farkında olmalıyız (Blundell, 2017). Son dönemlerde nedeni tam olarak anlayamayan yeme davranışlarını ve türlerini belirlemek önem kazanmakta ve yeme tutumu ve davranışlarının incelenmesi, çeşitli yönleriyle ele alınan ve sık tartışılan bir konu durumunda bulunmaktadır. Beslenmenin fizyolojik yönü kadar psikolojik yönü de olduğu için, günümüzde beslenmenin psikolojik yönünün de tartışılması gerekliliğini doğurmuştur (Gezmen Karadağ ve diğerleri, 2016). Bireyler kendilerini baskı altında hissettiklerinde, öfkelendiklerinde, stresli, üzüntülü, neşeli olduklarında ya da vb. durumlarda normalden daha farklı yeme davranışları sergileyebilmektedirler. Bireylerin duygu durumlarının yeme davranışlarını etkilemesi konusu ile ilgili yapılan birçok çalışma bulunmaktadır (Serin ve Şanlıer, 2018; Özekinci, 2020). Çalışmalar özellikle stres ve negatif duygu durumunun besin alımını ve yemek yemeyi hem arttırabileceğini hem de azaltabileceğini ifade etmektedir. Bu yüzden bireylerin yeme davranışlarını değerlendirirken psikolojik faktörler de göz önünde bulundurulmalıdır. Yapılan çalışmalar sonucunda;

bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışı gibi kavramlar ortaya çıkmıştır. Bilişsel kısıtlama davranışı; bireylerin vücut ağırlığını kontrol etmek veya kilo kaybını desteklemek için bilinçli olarak besin alımını kısıtlaması, duygusal yeme davranışı; yalnızlık, depresyon, anksiyete gibi duygu değişimleri süresince genellikle normalden daha fazla yemek yeme, kontrolsüz yeme davranışı ise; besin tüketimi üzerinde kontrolü kaybetme nedeniyle normalden fazla yemek yeme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Deveci ve diğerleri, 2017). Ayrıca; son yıllarda yapılan araştırmalar, psikoaktif maddelere bağımlılık ve aşırı besin tüketimi arasında benzerlikler bildirmiştir (Gearhardt vd, 2009). Bu süreci anlamak, yeme davranışlarının farklı yönlerini ölçmek için çalışmalar yapılmış ve bu gizil değişkeni bulmaya yönelik çeşitli ölçme araçları (ölçekler) geliştirilmiştir. (Karakuş ve diğerleri, 2016). Ölçekler, bilimsel araştırmanın konusu olan olay, olgu, nesne ve varlıkların ölçülmesi istenilen özellikleri referans/dikkate alınarak hazırlanmış veri toplama araçları olarak tanımlanmaktadır (Bayat, 2014). Geçerlilik ve güvenilirlik analizleri Cronbach  $\alpha$  katsayısı ile kanıtlanmış bu ölçekler sonuçların sayısal olarak niteliğinin belirlenmesini ve ölçme işlemini kolaylaştırmayı sağlamaktadır (Flint ve diğerleri, 2000; Karakoç ve Dönmez, 2014). Beslenme ve davranış alanındaki ölçekler bireylerde gelişebilecek problemlerin ön görülmesini amaçlar, ama genellikle bir hastalığa teşhis koyma yeterliliğine sahip değildirler (Şanlıer ve diğerleri, 2015). Bu derlemede birçok farklı yeme davranışını tespit etmekte fayda sağlayan Türkçe geçerlilik-güvenilirliği yapılmış ölçeklere yer verilmiştir.

## 2. Yöntem

Ocak-Şubat 2023 tarihleri arasında Google Akademik'e 'beslenme, davranış, Türkçe, geçerlilik, güvenilirlik' anahtar kelimeleri yazılmış, ulaşılan makaleler incelenmiştir. Bu derlemede inceleme sonucunda ulaşılan beslenme ve davranış alanında yaygın olarak kullanılan, Türkçe geçerlilik-güvenilirliği yapılmış ölçekler incelenip sunulmuştur.

## 3. Genel Bilgiler

### 3.1.Yeme Davranışı

#### 3.1.1.Yeme Tutum Testi 40 (Eating Attitudes Test-40 –EAT-40)

Yeme Tutum Testi, yeme bozukluklarının değerlendirilmesi amacıyla Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 40 sorudan oluşmakta olup sorular 6 maddelik Likert ölçeği değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan 30 ve üzerindeki puanlar psikopatoloji ifade eden kesme noktası olarak bildirilmiştir. Orijinal ölçeğin Cronbach  $\alpha$  değeri klinik tanı grubu için 0,79 ve yeme bozukluğu tanısı almamış olan "normal" katılımcılarla birlikte tüm grup için 0,94 olarak bildirilmiştir (Garner ve Garfinkel, 1979). Ölçek, anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza ve tıknırcasına yeme sendromunu kontrol grubundan ayırt edebilmektedir. Türkçe geçerliliği Savaşır ve Erol tarafından 1989

yılında gerçekleştirilmiştir. Savaşır ve Erol'un çalışmasında Cronbach  $\alpha$  değeri 0,70 ve test tekrar test korelasyonu ise 0,65 olarak bildirilmiştir (Savaşır ve Erol, 1989).

### 3.1.2.Yeme Tutum Testi 26 (Eating Attitudes Test-26 –EAT-26)

Garner ve Garfinkel tarafından, 1982 yılında anoreksiya nervosanın semptomlarını ölçmek için geliştirilmiştir. Orijinal yeme tutum testi olan EAT-40'dan temel almaktadır. EAT 40 ile yüksek kolerasyon göstermektedir( $r:0.98$ ). EAT-26, altılı Likert ölçeği şeklinde düzenlenmiştir. EAT-26 testinde sonuçlar, 26 maddenin puanlarının toplamının değerlendirilmesi ile belirlenmektedir. Toplam puan hesaplamasında ilk 25 soruda her zaman=3, genellikle=2, sıklıkla=1, diğer cevaplar ise 0 puan verilerek hesaplanmış sadece 26. soru ters puanlandırılmıştır. Test sonucunda 20 puan EAT-26 için kesim noktası iken 0 ile 53 arasında puanlar alınabilir. 20 ve üzeri puan alan bireyler “anormal yeme davranışı” olan bireyler olarak adlandırılırken, 20'nin altında puan alanlar ise “normal yeme davranışı” olan bireyler olarak değerlendirilmektedir (Garner ve Garfinkel., 1982). Türkçe geçerlilik çalışması Devran tarafından 2014 yılında yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık bakımından genel Cronbach  $\alpha$  değeri 0,70 olarak bulunmuştur (Devran, 2014).

### 3.1.3.Yale Besin Bağımlılığı Ölçeği (Yale Food Addiction Scale)

Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği (YYBÖ), Gearhardt ve arkadaşlarının 2009 yılında, DSM-IV-TR Madde bağımlılığı tanı kriterlerini göz önüne alarak bireylerin yeme bağımlılığını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği, son 12 ay içinde, yüksek yağ ve yüksek şekerli yiyeceklerle yeme bağımlılık davranışlarını ölçen bir ölçektir. Cronbach  $\alpha$  değeri ise 0,86'dır (Gearhardt ve diğerleri, 2009). Toplamda 27 sorudan oluşan ölçeğin 16 sorusu beşli Likert ölçeği şeklinde tasarlanmıştır. 17-25 arasındaki sorular evet-hayır şeklinde cevaplandırılması istenen, 26. çoklu seçenekli beslenme alışkanlıklarını sorgulayan katılımcının doldurduğu bir ölçektir (Gearhardt ve diğerleri, 2009). Türkçeye adaptasyon, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Bayraktar ve arkadaşları tarafından 2011'de 300 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. İç tutarlılık açısından Cronbach  $\alpha$  değeri ise 0,93 bulunmuştur (Bayraktar ve diğerleri, 2012). 2017 yılında YYBÖ DSM-5 kriterleri doğrultusunda güncellenmiştir (Schulte ve Gearhardt, 2017).

### 3.1.4. Hollanda Yeme Davranışı Anketi (DEBQ) (Dutch Eating Behaviour Questionnaire)

Hollanda Yeme Davranışı Anketi, yeme davranışını belirlemek amacıyla 1986 yılında geliştirilmiştir. Hollanda Yeme Davranışı Anketi'nin orijinal çalışmasında elde edilen Cronbach  $\alpha$  iç tutarlılık katsayıları duygusal yeme davranışı alt ölçeği için; 0,95, dışsal yeme davranışı alt ölçeği için; 0,81 ve kısıtlanmış yeme davranışı alt ölçeği için; 0,95 bulunmuştur (Van Strien ve diğerleri., 1986). 33 maddeden oluşan anket; duygusal yeme davranışlarını (örneğin; mutsuz olduğunuz zaman tatlı yer misiniz?), dışsal yeme davranışlarını (yediğiniz şeyin kokusu çok güzelse, normalde yediğinizden daha

fazla yer misiniz) ve kısıtlanmış yeme davranışlarını (şişmanlamamak için yemek istediğinizden daha az yer misiniz) değerlendiren 3 alt ölçekten oluşmaktadır. Ankette yer alan maddeler, 5’li Likert ölçeği ile değerlendirilmektedir (1: hiçbir zaman, 2: nadiren, 3: bazen, 4: sık, 5: çok sık). Ayrıca maddeler için “ilgisi yok” seçeneği de sunulmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Bozan tarafından 2009 yılında yapılmıştır. Alt ölçekler için Cronbach  $\alpha$  değeri 0,90 (dışsal yeme) ile 0,97 (duygusal yeme) arasındadır. Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise 0,94 olarak bulunmuştur (Bozan, 2009).

### 3.1.5. Üç Faktörlü Yeme Anketi (Three Factor Eating Questionnaire-TFEQ)

1985 yılında geliştirilen Üç Faktörlü Yeme Anketi ile bilişsel olarak yemenin kısıtlanması, şartlı refleksin kaybedilmesi ve açlık durumlarının değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Toplamda 51 sorudan oluşan ölçeğin; ilk bölümünde yer alan 36 soru evet/hayır formatında, ikinci bölümde yer alan 14 madde dördümlü Likert formatında ve bir madde ise sekizli Likert formatındadır. Ölçek üç alt faktörden oluşmaktadır; (1) 'yemenin bilişsel kısıtlama', (2) geçen sene 5-10 kez ya da 10 defadan fazla diyet yaparken 'kısıtlayama' ve (3) 'açlık' (Stunkard ve Messick, 1985). Üç Faktörlü Yeme Anketi'nin bu versiyonu Baş ve arkadaşları tarafından 2008 yılında Türkçeye çevrilmiştir (Baş ve diğerleri, 2008). 2000 yılında Karlsson ve arkadaşları ölçeği 18 soruya düşürerek TFEQ-R18 adıyla güncellemişlerdir (Karlsson ve diğerleri, 2000). Daha sonra Tholin ve arkadaşları 2005 yılında başka bir çalışmada ölçeği 21 maddeye düşürülerek yeniden düzenlenmiştir (TFEQ-R21). Orijinal TFEQ'da kullanılan ikileştirilmiş cevap biçimi, 4 puanlı yanıt ölçeğine dönüştürülmüştür (Tholin ve diğerleri, 2005). Karakuş ve arkadaşları 2016 yılında TFEQ-R21'in Türk kültürüne uyarlama çalışmasını yapmıştır. TFEQ-R21'in Türkçeye çevrilmiş formunda 21 maddeye ek fazladan 8 madde yer almıştır. Bu bölümdeki maddelerin tamamı dördümlü Likert tipinde olup, yanıtlar 1= kesinlikle yanlış, 2= çoğunlukla yanlış, 3= çoğunlukla doğru ve 4= kesinlikle doğru şeklindedir. TFEQ-R21, kontrolsüz yeme, bilişsel kısıtlama ve duygusal yeme olmak üzere 3 faktörlü bir yapı göstermektedir. Cronbach  $\alpha$  değeri kontrolsüz yeme için; 0,80, bilişsel kısıtlama için; 0,87 ve duygusal yeme için; 0,79 bulunmuştur (Karakuş ve diğerleri, 2016). TFEQ-R18 Kıraç ve arkadaşları tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Cronbach  $\alpha$  değeri 0,71 bulunmuştur (Kıraç ve diğerleri, 2015).

### 3.1.6. Duygusal İştah Anketi (DİA) (The Emotional Appetite Questionnaire - EMAQ)

Duygusal İştah Anketi (EMAQ), olumlu ve olumsuz duygulara ve durumlara yanıt olarak yemek yeme eğilimlerini değerlendirmek için Nolan ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Güvenilirlik analizleri doğrultusunda iç tutarlılık göstermiştir (Cronbach  $\alpha$ ; olumsuz duygular için; 0,79, olumsuz durumlar için 0,75, olumlu duygular için; 0,87 ve olumlu durumlar için; 0,66'dir). Anket temelde 2 alt başlıktan oluşmakta ve katılımcıların bazı duygu durumlarında ve bazı şartlar altında yemek yeme durumlarını 1'den 9'a kadar numaralandırmaları istenmektedir. Her soru için "uygulanabilir değil" veya

"bilmiyorum" seçeneğini belirtme seçeneği de vardır ve bu tür yanıtlar puanlamaya dahil değildir. Yemek yemenin varlığı olumsuz/olumlu duygularda (14 madde) ve olumsuz/olumlu durumlarda (8 madde) değerlendirilmektedir. Olumsuz duygular ve olumsuz durumların puanlarının toplanması ile DİA olumsuz toplam puanı ve olumlu duygular ve olumlu durumların puanlarının toplanması ile DİA olumlu toplam puanı elde edilmektedir (Nolan ve diğerleri, 2010). 2014 yılında Demirel ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlilik yapılmıştır (Cronbach  $\alpha$  katsayısı 0,73) (Demirel ve diğerleri, 2014).

### **3.1.7. Yeme Bozukluğu Değerlendirme Anketi (Eating Disorder Examination Questionnaire - EDE-Q)**

Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği, 1993 yılında geliştirilmiş olan Yeme Bozukluğu Değerlendirme Mülakatının (Eating Disorder Examination Interview-EDE) bireyselleştirilmiş anket hali olarak 1994 yılında geliştirilmiştir (Fairburn ve Beglin, 1994). 28 gün boyunca yapılan davranışlar göz önünde bulundurularak, 0-6 arası puanlama yapıp alt ölçek puanları ve toplam puan elde edilir (0=hiçbir zaman, 1=1-5 gün, 2=6-12 gün, 3=13-15 gün, 4=16-22 gün, 5=23-27 gün, 6=her gün). Alt ölçekler; kısıtlama, yeme kaygısı, şekil kaygısı ve ağırlık kaygısı olarak belirlenmiştir. Ölçeğin değerlendirilmesinde alt ölçek puanını elde etmek için ilgili maddelerin derecelendirmeleri toplanır ve elde edilen toplam alt ölçekleri oluşturan maddelerin toplam sayısına bölünür. Genel bir puan elde etmek için dört alt ölçek puanları toplanır ve elde edilen toplam alt ölçeklerin sayısına (4) bölünür. Yükselen puanlar yeme bozukluğu patolojisinin büyüklüğüne işaret etmektedir (Fairburn ve Beglin, 1994). Türkçe uyarlaması Yücel ve arkadaşları tarafından 2011 yılında yapılmış olan ölçeğin Cronbach  $\alpha$  değeri ise 0,93 bulunmuştur (Yücel ve diğerleri, 2011).

### **3.1.8. REZZY Yeme Bozuklukları Ölçeği (The spanish version of a new screening tool(SCOFF Questionnaire))**

1999 yılında Morgan ve arkadaşları tarafından yeme davranış bozukluğu olabileceği şüphesini uyandırmak için tasarlanmış bir ölçektir. Anoreksi nervoza ve bulimiya nervoza'nın temel özelliklerini ele alan beş sorudan oluşan mini bir ankettir. Ölçeğin değerlendirilmesinde evet cevabı verilen her maddeye 1 puan verilmektedir ve 2 veya daha fazla puan yeme davranış bozukluğu riski ile ilişkilendirilmektedir (Morgan ve diğerleri, 1999). Türkçe güvenilirliği ve geçerliliği Aydemir ve arkadaşları tarafından 2016 yılında yapılmıştır. İç tutarlılık çözümlemesinde Cronbach  $\alpha$  değeri 0,74 ve madde-toplam puan bağıntı katsayıları 0,21-0,55 arasında elde edilmiştir (Aydemir ve diğerleri, 2016).

### **3.1.9. Anoreksiya Nervoza Değişim Evreleri Ölçeği [Anorexia Nervosa Stages of Change Questionnaire (ANSOCQ)]**

Anoreksiya Nervoza Değişim Evreleri Ölçeği (ANDEÖ); Rieger ve arkadaşları tarafından 2002 yılında AN'li hastaların içerisinde bulunduğu motivasyonel değişim evresini belirlemek amacıyla

kullanılmıştır. ANDEÖ bireylerin genel sıkıntıları ve sosyal hayata dahil olma isteklerinin yanı sıra anoreksik semptomların varlığını da sorgulayan toplamda 23 sorudan oluşmaktadır. İç tutarlılık Cronbach  $\alpha$  değeri 0,90'dır (Rieger ve diğerleri, 2002). Ölçekte her sorunun altında tedaviye hazır oluşun 5 motivasyonel evresiyle (tasarlama öncesi, tasarlama, hazırlık, eylem ve sürdürme) örtüşen 5 ifade yer almakta olup katılımcılardan kendilerinin şuan ki durumuna uygun olan madde/maddeleri Yeme Bozukluğunda Tedavi Motivasyonu olarak seçmesi istenmektedir. Ölçekten alınan toplam puan 0-100 arasında, ortalama puanlar 1 (tasarlama öncesi) ile 5 (sürdürme) arasında değişmekte olup artan puanlar motivasyon düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Okumuş ve arkadaşları, 2016). Ergüney ve Sertel-Berk (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ANDEÖ'nün bu çalışmadaki Cronbach  $\alpha$  güvenilirlik değeri 0,92'dir

### **3.1.10. Bulimiya Nervosa Değişim Evreleri Ölçeği [Bulimia Nervosa Stages of Change Questionnaire (BNSOCQ)]**

Bulimiya Nervosa Değişim Evreleri Ölçeği; 2007 yılında ANDEÖ anketinden yola çıkılarak oluşturulmuş, 20 sorudan oluşan bir ölçektir. Cronbach  $\alpha$  iç tutarlılık değeri 0,94 olarak bulunmuştur (Blockgren ve Lask, 2007). BN vakalarında semptomlara özgü olarak tedavi motivasyonunun hangi düzeyde olduğunu belirlemek amacıyla kullanılmaktadır. Türkçe uyarlaması Ergüney ve Sertel-Berk (2012) tarafından yapılan ölçeğin yapısı ve puanlaması ANDEÖ ile aynı şekilde olup 1 ve 3. maddelerin, madde toplam puanla olan korelasyonları 0,30'dan küçük çıktığı için ilgili maddeler elenerek analizler 18 maddelik toplam puanı esas alarak yapılmıştır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi motivasyon düzeyinin artışına işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach  $\alpha$  güvenilirlik değeri 0,92'dir (Ergüney ve Sertel-Berk (2012)).

### **3.1.11. BITE-Edinburg Testi [Bulimic Investigatory Test, Edinburg (BITE)]**

BITE-Edinburg Testi; bulimik veya tıknırcasına yeme semptomlarını (davranışlarını) ölçen 33 sorudan oluşan bir ölçektir. İki alt ölçeği bulunmaktadır; semptom skalası ve şiddet skalası. Testten elde edilen en yüksek skor 30 olarak belirlenmiştir. Yirmi ve üzeri tıknırcasına yeme sendromunu, 10-19 arası anormal yeme davranışını, 0-10 ise normal yeme davranışını göstermektedir (Henderson ve Freeman, 1987). Diyabetik hastalar için Güzel tarafından 50 hastada geçerlilik ve güvenilirlik testi yapılmış ve testin iç tutarlılık güvenilirlik Cronbach  $\alpha$  değeri 0,85 ve sınıf içi korelasyon katsayısı da 0,91 olarak belirlenmiştir (Güzel, 2014).

### **3.1.12. Yeme ve Kilo Özelliklerini Değerlendirme Ölçeği (YKÖDÖ)**

Yeme ve Kilo Özelliklerini Değerlendirme Ölçeği (YKÖDÖ), 1993 yılında Spitzer ve arkadaşları tarafından adölesanlarda tıknırcasına yeme (binge eating) davranışını de-ğerlendirilmek amacıyla DSM-IV tanı ölçütlerinden oluşturulmuş bir ölçektir (Spitzer ve diğerleri, 1993). Ölçeğin

adölesanlar ve bu adölesanların ailelerine yönelik olarak doldurulabilen iki alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçek toplamda 12 ana başlıktan oluşurken bazı sorular için 2 seçenekli yanıtlar (evet ya da hayır) bulunurken, bazı sorulara ise beşli Likert ölçeği şeklinde düzenlenmiştir. Türkçe uyarlaması Babayiğit ve arkadaşları tarafından 2013 yılında yapılmıştır. İç tutarlılık Cronbach  $\alpha$  katsayısı 0,62'dir (Babayiğit ve diğerleri, 2013).

### 3.1.13. Orthorexia Nervosa Assessment Scale (ORTO-15)

ORTO-15, Bratman (2000) tarafından hazırlanan 10 soruluk Ortoreksiya kısa soru kağıdında yer alan ifadelerin, Donini ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilmesi ve değiştirilmesi ile oluşturulmuştur. Bazı sorular çıkarılıp yerlerine farklı sorular eklenmiştir. Orijinal haliyle ORTO-15 ölçeği, ilk olarak İtalya'da geliştirilmiş, Ortoreksiya Nervoza (ON) eğilimini değerlendirmek ve ON ile yeme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi için düzenlenmiş 15 maddelik bir kendini değerlendirme aracıdır. 4'lü Likert (her zaman, sık sık, bazen ve hiçbir zaman) ölçeğidir. Toplamda en az 15, en fazla ise 60 puan alınabilmektedir ORTO-15 ölçek puanı  $\leq 40$  ortorektik,  $>40$  puan alanlar normal olarak değerlendirilmiştir (Donini ve diğerleri, 2005). 2006 yılında ORTO-15 Arusoğlu tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 15 madde üzerinden hesaplanan Cronbach  $\alpha$  değeri 0,44'dir (Arusoğlu, 2006). Arusoğlu ve arkadaşları 2008 yılında ORTO-11'i Türkçeye uyarlamışlardır. ORTO-11'de, mümkün olduğunca istatistiksel gücü yüksek maddeleri seçilmiştir. Bu şekilde 11 madde belirlenmiş ve Türkçe'de ORTO-11 şeklinde kullanımına karar verilmiştir. Ölçekte, son haliyle 3,4,5,6,7,8,10,11,12,13 ve 14 numaralı maddeler yer almıştır. Bu 11 maddenin Cronbach  $\alpha$  değeri 0,62'dir (Arusoğlu ve diğerleri, 2008).

### 3.1.14. Gece Yeme Anketi (GYA) (Night Eating Questionnaire - NEQ)

Gece Yeme Anketi; 2008 yılında Allison ve arkadaşları tarafından gece yeme davranışı varlığını ve sıklığını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlık güvenirlik Cronbach  $\alpha$  değeri 0,70 ve toplam 14 sorudan oluşmaktadır (Allison ve diğerleri, 2008). Anket sabah iştahı ve günün ilk besin alımı, akşam ve gece yemeleri, akşam yemeğinden sonra besin alımı oranı, aşermeler, gece yeme davranışı üzerindeki kontrol, uykuya dalma güçlüğü, gece uyanarak yeme sıklığı, gece yemeleri sırasında farkındalık ve duygudurum ile ilgili soruları içermektedir. Anketteki ilk dokuz soru tüm katılımcılar tarafından doldurulmaktadır. Sonraki sorularda gece uyanmayan veya atıştırması olmayan katılımcıların devam etmemesi için uyarı vardır. Soru 10-12 gece uyanmaları olan, soru 13 ve 14 ise gece atıştırmaları olan katılımcılar tarafından doldurulmaktadır. Anketteki 7. madde dışındaki maddeler beşli Likert tipi ölçümle 0-4 arasında puanlanmaktadır. Yedinci maddede gün içi duygu durum değişikliği sorgulanmakta ve gün içi değişiklik olmayanlar 0 puan almaktadır. Madde 1, 4 ve 14 ters puanlanmaktadır. Gece yarısı atıştırmalarının ne kadar farkında olduğunu soran madde 13, gece yeme



sendromunun uykuyla ilişkili yeme bozukluğundan ayırt edilebilmesi için sorulmakta, ancak puanlamaya katılmamaktadır. Toplam puan 0-52 arasında olabilmektedir. Ankette yer alan 15. ve 16. soruların ise ek soru olarak kullanılması önerilmiş ama puanlamaya katılmamıştır. Özgün çalışmada 25 ve üzerindeki puan için gece yeme bozukluğu olduğu, bu puanın altı için ise gece yeme bozukluğu olmadığı öngörülmüştür. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği 2014 yılında Atasoy ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Cronbach  $\alpha$  değeri 0,69 bulunan anket yeterli iç tutarlılık göstermektedir (Atasoy ve diğerleri, 2014).

### 3.1.15. Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği (Survey of Eating Habits)

Orijinal adı Survey of Eating Habits olan ölçek, Byrne ve Kolley tarafından 1981 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, şişmanlığa karşı önyargılar, şişmanlığın getirdiği olumlu ve olumsuz düşünceler, şişmanlığa karşı kendilik algıları ve yemek yeme davranışları olmak üzere 4 boyut ve 65 maddeden oluşan beş dereceli bir ölçme aracıdır (1= Tamamıyla karşıyım, 2= Çoğunlukla karşıyım, 3= Kararsızım, 4= Çoğunlukla Katılıyorum, 5= Tamamıyla katılıyorum). Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 65, en yüksek toplam puan 325'tir. Tüm ölçeğin Cronbach  $\alpha$  iç tutarlılık değeri 0,73 olarak belirlenmiştir (Kundakçı, 2005).

### 3.1.16. Beslenme Değişim Süreçleri Ölçeği (Nutrition Processes of Change Scale)

Beslenme Değişim Süreçleri Ölçeği, deneyimlerin (yeme alışkanlığı, zayıflama, ilaç kullanımı, çevre etkileşimi) insanların beslenme alışkanlıklarını nasıl etkilediğini belirlemek amacıyla 1987 yılında geliştirilmiştir (Prochaska ve diğerleri, 1990). Prochaska ve arkadaşları tarafından ölçeğin Cronbach  $\alpha$  katsayısı 0,51-0,91 arasında bulunmuştur. Beslenme Değişim Süreçleri Ölçeği 12 alt boyutlu 48 maddeden oluşan bir ölçek olup beşli Likert ölçeği tipindedir. Kişi belirtilen durumları çok sık yapıyorsa 5 puan, hiçbir zaman yapmıyorsa 1 puan veya 1 ile 5 arasında seçeceği uygun bir sayı ile puanlaması istenmektedir. Görüşülen kişiden bu ölçeğin maddelerini okuyarak, her madde için “hiçbir zaman”, “nadiren”, “ara sıra”, “sık sık”, “çok sık” seçenekleri arasından kendisine en uygun olanı seçmesi ve işaretlemesi istenir. Ölçekte bir bireyin alabileceği en yüksek puan 240, en düşük puan 48'dir. Tüm altboyutları için en yüksek puan 20, en düşük puan 4'tür. Ölçek, tüm maddelerden elde edilen puan madde sayısına bölünerek değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması 2012 yılında Menekli ve Fadiloğlu tarafından yapılmıştır. Genel Cronbach  $\alpha$  katsayısı ise 0,94 bulunmuştur (Menekli ve Fadiloğlu, 2012).

### 3.1.17. Genel Beslenme Bilgisi Anketi–GBBA (General Nutrition Knowledge Questionnaire)

Parmenter ve Wardle (1999) tarafından Genel Beslenme Bilgisi Anketi; kişilerin besin seçimleri ve beslenme bilgisi ile bunu davranışa dökebilme becerisi arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla

geliştirilmiştir. Anket 5 ana alt başlıktan oluşmaktadır (diyet önerileri, besinlerin belirli besin öğelerini içermeye durumları, besin seçimleri, beslenme ile ilişkili hastalıklar ya da sağlık problemleri ile ilgili bilgi düzeyi ve demografik özellikler). Her bölümün iç tutarlılığı yüksek (Cronbach  $\alpha = 0,70-0,97$ ) ve test tekrar test güvenilirliği aynı zamanda minimum gereksinim olan  $0,70$ 'nin çok üzerindedir (Parmenter ve Wardle,1999). Anketin Türkçe geçerlilik güvenilirliği 2011 yılında Alsaffar tarafından yapılmış olup Cronbach  $\alpha$  değeri  $0,89$  olarak bulunmuştur (Alsaffar, 2012).

### 3.1.18.Yeme Farkındalığı Ölçeği (YFÖ-30) [Mindful Eating Questionnaire (MEQ)]

Yeme Farkındalığı Ölçeği, Framson ve arkadaşları tarafından 2009 yılında yeme farkındalığını ölçmek amacıyla 28 soruluk bir anket olarak geliştirilmiştir. 4'lü Likert tipi ölçekte 5 alt faktör bulunmaktadır. Alınan yüksek puan yüksek farkındalığı ifade etmektedir. İç güvenilirlik Chronbach  $\alpha$  değeri  $0,64$ 'dür (Framson ve diğerleri, 2009). Türkçe'ye uyarlama çalışması Köse ve arkadaşları tarafından 2016 yılında yapılmıştır. Uzmanların önerileri doğrultusunda geçerliliği düşük bazı maddeleri çıkartılmış, geçerli maddelerine ek olarak yeni maddeler eklenmiş ve Yeme Farkındalığı Ölçeği (YFÖ-30) olarak yeni bir ölçek uyarlanmıştır. Yeni ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach  $\alpha$  değeri  $0,73$  bulunmuştur(Köse ve diğerleri,2016).

### 3.1.19. Besin Neofobisi Ölçeği

Besin neofobisi, yeni veya bilinmeyen besinleri, yani daha önce tüketilmemiş besinleri yeme korkusu olarak tanımlanmaktadır. Besin Neofobi Ölçeği (FNS), 1992 yılında Pliner ve Hobden tarafından besin neofobisini tanımlamak için psikometrik bir araç olarak geliştirilmiştir (Pliner ve Hobden, 1992). Tek boyutlu gıda neofobi ölçeği 10 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin tamamı 7'li Likert tipinde olup cevaplar 7 puan = Kesinlikle katılıyorum, 6 puan = Katılıyorum, 5 puan = Çok az katılıyorum, 4 puan = Kararsızım, 3 puan = Çok az katılmıyorum, 2 puan = Katılmıyorum, 1 puan = Kesinlikle katılmıyorum. FNS puanı, ölçekteki 1, 4, 6, 9 ve 10 numaralı olumsuz maddelerin ters çevrilmesiyle hesaplanan 10 ile 70 puan aralığında bir puandır. Duman ve arkadaşları tarafından 2020 Yılında Türkçe geçerliliği yapılmış ve Cronbach  $\alpha$  iç tutarlılık katsayısı  $0,61$  olarak bulunmuştur. Düzeltilmiş İyi Uyum İndeksi  $0,92$ 'dir ve modelin iyi uyumlu olduğunu göstermektedir (Duman ve diğerleri, 2020).

### 3.1.20. Sürdürülebilir ve Sağlıklı Yeme Davranışları Ölçeği

Sürdürülebilir ve sağlıklı yeme alışkanlıklarının ilkeleri baz alınarak Biemans ve arkadaşları tarafından 2019'da geliştirilen ölçeğin aynı yıl Köksal ve arkadaşları tarafından Gazi Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik öğrencileri ile geçerlilik ve güvenilirlik analizi yapılmıştır. Cronbach  $\alpha$  katsayısı

0,91 ile mükemmel, sınıf içi korelasyon katsayısı 0.832 ile iyi bulunmuştur (Biemans ve diğerleri, 2019; Köksal ve diğerleri, 2022) . Yedili Likert tipi değerlendirme yapılan ölçek 8 faktör ve 34 maddeden oluşmaktadır. Bu 8 faktör; Sağlıklı ve Dengeli Beslenme, Kalite İşaretleri (Yöresel ve Organik), Et Tüketiminin Azaltılması, Yerel Gıda, Düşük Yağ, Gıda İsrafından Kaçınma, Hayvan Sağlığı ve Mevsime Özgü Gıdalar'dır.

### 3.2. Çocuklarda Yeme Davranışı

#### 3.2.1. Çocuk Beslenme Öz-yeterlik Ölçeği (ÇBÖÖ)

Çocuk Beslenme Öz-yeterlik Ölçeği (ÇBÖÖ) çocukların yiyecek seçimlerinin açıklanmasını kolaylaştıran içsel motivasyonun ölçülmesi için Parcel ve arkadaşları tarafından 1995 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, Amerikan toplumu için geliştirilen CATCH (Child and Adolescent Trial for Cardiovascular Health) HBQ (Health Behavior Questionnaire) ölçekleri baz alınarak oluşturulmuştur. Orijinal ölçeğin iç tutarlık güvenirlik Cronbach  $\alpha$  değeri 0,84 bulunmuştur (Parcel ve diğerleri, 1995). Öztürk tarafından Türkçe geçerlik ve güvenirliği değerlendirilmiştir. Çocuk Beslenme Öz-Yeterlik Ölçeği çocukların az yağlı ve az tuzlu besinleri yemelerini sağlayan öz-yeterliği ölçmektedir. Ölçek maddeleri yağ ve tuz içerikli çeşitli yiyecek ve besin gruplarından oluşturulmuştur. Ölçekte bulunan yiyecekler bu yaş grubundaki çocuklar tarafından sıkça tüketilen yiyecekler arasından seçilmiştir. Ölçek çocukların yağlı ve tuzlu yiyecek seçeneklerine rağmen daha az yağlı ve az tuzlu yiyecekleri seçebilmelerini sağlayan özgüveni ölçmektedir. On beş maddeden oluşan ölçek üçlü Likert tipinde, tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçek maddeleri -1, +1 puan aralığında (-1: emin değilim, 0: biraz eminim, +1: çok eminim) değer almaktadır. Toplam puanı -15, +15 arasındadır. Ölçekten alınan toplam puanın yüksek olması yüksek öz-yeterlik değerini göstermektedir. Ön uygulamada, iç tutarlılık güvenirlik Cronbach  $\alpha$  değeri 0,79 bulunmuştur. Güvenirlik çalışmasında ölçeğin Cronbach  $\alpha$  değeri 0,70 bulunmuştur (Öztürk, 2010).

#### 3.2.2. Çocuklarda Yeme Davranışı Değerlendirme Ölçeği (The Children's Eating Behavior Inventory)

Çocuklarda Yeme Davranışı Değerlendirme Ölçeği Archer tarafından 1990 yılında Kanada'da geliştirilmiş ve standardize edilmiştir. 1991 yılında Archer ve arkadaşları tarafından geçerlilik ve güvenilirlik testleri yapılmıştır. Ölçek 40 maddeden oluşmaktadır. Maddeler iki ayrı grupta toplanabilir. Birinci grupta çocuğa yönelik maddeler(28 madde), ikinci grupta ebeveynler ve aile sistemine yönelik maddeler(12 madde) yer almaktadır. Çocuklarda Yeme Davranışı Değerlendirme Ölçeğinin her

maddesi, söz konusu davranışın ne sıklıkta meydana geldiğini belirlemek için beşli Likert sistemiyle hazırlanmış, ‘her zaman, sıklıkla, ara sıra, nadiren, hiçbir zaman’ ifadelerini içermektedir (Archer ve arkadaşları, 1991). Ünlü tarafından 2011 yılında Çocuklarda Yeme Davranışı Değerlendirme Ölçeği Türk çocuklarına uyarlanmıştır. Cronbach  $\alpha$  değeri 0,81 bulunmuştur (Ünlü, 2011).

### **3.2.3. Çocuklarda Yeme Davranışı Anketi-ÇYDA (Children’s Eating Behavior Questionnaire - CEBQ)**

Wardle ve arkadaşları tarafından geliştirilen Çocuklarda Yeme Davranışı Anketi, anne-babaların yanıtladığı, 35 maddelik, 5 puan üzerinden değerlendirilen (1=asla, 5=her zaman) Likert tipi bir ankettir. Ölçeğin geliştirildiği özgün çalışmada, anketin geliştirilmesi sırasında sekiz alt boyutlu faktör yapısı oluşmuş ve bu sekiz alt ölçeğin toplam varyansı açıklama oranlarının %50-%80 arasında olduğu gösterilmiştir. Sekiz alt ölçeğin Cronbach  $\alpha$  değerleri 0,74- 0,91 arasında değişmiştir (Wardle ve diğerleri, 2001). Çocuklarda Yeme Davranışı Anketinin Türkçe uyarlama çalışması Yılmaz ve arkadaşları tarafından 2011 yılında yapılmış, Cronbach  $\alpha$  değerleri 0,61-0,84 arasında değişmiştir (Yılmaz ve diğerleri, 2011).

### **3.2.4. Davranışsal Pediatrik Besleme Değerlendirmesi Ölçeği (DPBDÖ) [Adapting Behavioral Pediatric Feeding Assessment Scale (BPFAS)]**

Davranışsal Pediatrik Besleme Değerlendirmesi Ölçeği (DPBDÖ); Crist ve Napier-Phillips tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 35 maddeden oluşmaktadır. Ancak ölçekteki ifadelerin 25 tanesi çocuğun beslenme durumuna, 10 tanesi ise çocuğun beslenmesinden sorumlu olan kişiye ilişkindir (Crist ve Napier-Phillips, 2001). Türkçe’ye uyarlama çalışması da sadece çocuğun beslenme durumuna ilişkin olan 25 madde üzerinden yapılmıştır. Ölçekte yer alan ifadeler 1 ile 5 arasında puanlandırılmaktadır (1=Asla, 2=Nadiren, 3=Bazen, 4=Sıklıkla 5=her zaman). Ölçekten alınacak puanlar 35-175 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puandaki artış yüksek seviyede sorun teşkil eden yeme davranışını ve beslenme alışkanlığını göstermektedir. Ölçeğin 25 madde dört alt boyutlu versiyonu için Cronbach  $\alpha$  0,88 olarak bulunmuştur (Önal ve diğerleri 2017).

## **4. Sonuç ve Öneriler**

Sosyal alanlarda toplumun davranışlarını anlamaya yönelik oldukça sık kullanılan ölçekler, beslenme ve davranış alanında da bilgi, tutum, korku, inanç, alışkanlık gibi konularda toplumun yeme davranışı özelliklerini belirlemeye yönelik olarak kullanılabilir. Ölçme ve değerlendirmeyi kolaylaştırdığı için daha geniş kitlelere ulaşmaya imkân sağlamaktadırlar. Beslenme davranışı açısından geniş kitlelerin taranması risk durumunda koruyucu önlemlerin alınmasına ve toplum beslenmesini iyileştirme plan ve politikalarına yol gösterebilir.

**Bildiriler:** Yazar herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemiştir. Herhangi bir kurumdan mali destek alınmamıştır. Herhangi bir kongre / sempozyum vb.de sözlü / yazılı bildiri olarak sunulmamıştır. Tez çalışmasından üretilmemiştir. Derleme makale olduğu için etik kurul izni alınmamıştır.

## Kaynaklar

- Aksoydan., E., & Camci, N. (2009). Prevalence of orthorexia nervosa among Turkish performance artists. *Eating Weight Disord.*, Vol. 14: N. 1
- Allison, K.C., Lundgren, J.D., O'Reardon, J.P., Martino, N.S., Sarwer, D.B., Wadden, T.A., et al. (2008). The Night Eating Questionnaire (NEQ): Psychometric properties of a measure of severity of the Night Eating Syndrome. *Eat Behav.*, 9:62-72
- Alsaffar, A.A. (2012). Validation of a general nutrition knowledge questionnaire in a Turkish student sample. *Public Health Nutrition*, 15(11), 2074–2085. doi:10.1017/S1368980011003594
- Archer, L.A. , Rosenbaum, P.L., & Streiner, D.L.(1991).The children's eating behavior inventory: reliability and validity results.*J Pediatr Psychol.*, 16(5):629-42. PMID:1744810.
- Arusoğlu G. (2006). Sağlıklı Beslenme Takıntısı (Ortoreksiya) Belirtilerinin İncelenmesi, ORTO-15 Ölçeğinin Uyarlanması. T.C. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Arusoğlu, G., Kabakçı, E., Köksal, G., & Merdol, T.K. (2008). Ortoreksiya Nervoza ve Orto-11'in Türkçeye Uyarlama Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3): 283-291
- Atasoy, N., Saraçlı, Ö., Konuk, N., Ankaralı, H., Güriz, S.O., Akdemir, A., Sevinçer, G.M., & Atik L. (2014). Gece Yeme Anketi-Türkçe Formunun psikiyatrik ayaktan hasta popülasyonunda geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15:238-247.
- Aydemir, Ö., Köksal, B., Yalın Sapmaz, Ş., & Yüceyar, H. (2015). Kadın üniversite öğrencilerinde REZZY Yeme Bozuklukları Ölçeği Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerliliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(Özel sayı.1):31-35
- Babayiğit, Z., Alçalar, N., & Bahadır, G. (2013). Obez Kadınlarda Tikanırmasına Yeme Bozukluğunun Psikopatoloji ve Bilişsel Açından İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri J Med Sci*, 33(4):1077-87
- Baş, M., Bozan, N., & Cigerim, N. (2008). Dieting, dietary restraint, and binge eating disorder among overweight adolescents in Turkey. *Adolescence*, 43(171): 635-648.
- Bayat, B. (2014). Uygulamalı Sosyal Bilim Araştırmalarında Ölçme, Ölçekler ve "Likert" Ölçek Kurma Tekniği. *Gazi Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 16(3), 1-24.
- Bayraktar, F., Erkman, F., & Kurtuluş, E., (2012). Adaptation study of Yale Food Addiction Scale. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 22 (1); 38
- Birch, L.L., Fisher, J.O., & Davison, K.K. (2003). Learning to overeat: maternal use of restrictive feeding practices promotes girls' eating in the absence of hunger. *American Journal of Clinical Nutrition* 78: 215–20
- Blockgren E., & Lask, B. (2007). Instruments assessing motivation for,. Master Thesis, University of Oslo, Norway,
- Blundell, J. E. (2017). The contribution of behavioural science to nutrition: Appetite control. *Nutrition Bulletin*, 42(3), 236-245.
- Bratman, S., & Knight, D. (2000). *Health Food Junkies: Overcoming the Obsession with Healthful Eating*. New York. Broadway Books,
- Bozan, N., (2009). Hollanda Yeme Davranışı (Debq) Anketinin Türk Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliğinin Sınanması, Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Bozoklu, G. (2014). Edirne Kent Nüfusunda Yeme Davranışı ve Etkileyen Faktörler. T.C Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi.
- Coşkun, M.N. (2011). Vücut Geliştirme Sporü İle İlgilenen Erkek Yetişkin Bireylerde Beden Algısının Yeme Davranışı Ve Besin Tüketimi İle İlişkisi. T.C. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Programı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Crist, W., & Napier-Phillips A. (2001). "Mealtime behaviors of young children: a comparison of normative and clinical data" *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 22(5), 279-286, 2001
- Çağan, Ö., Ünsal, A., Soysal, A., & Yılmaz, A. (2015). İlkokul Öğrencileri Arasında Beslenme Davranışları Ve Öz-Yeterlik Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Uluslararası 3. Helal ve Sağlıklı Gıda Kongresi, İstanbul, Türkiye, Poster2-15.
- Çelebi, C. (2015). Obezite Hastalarında Yeme Bağımlılığı, Psikopatoloji ve Kişilik Özelliklerinin Değerlendirilmesi. T.C. Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, İstanbul, 2015. Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Demirel, B., Yavzu, K., Karadere, M., Şafak, Y., & Türkçapar, M. (2014). Duygusal İştah Anketi'nin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği, beden kitle indeksi ve duygusal şemalarla ilişkisi. *Bilişsel Davranışçı Psiko-terapi ve Araştırmalar Dergisi*, 4 3; 171-181
- Deveci, B., Deveci, B., & Avcıkurt, C. (2017). Yeme Davranışı: Gastronomi ve Mutfak Sanatları Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 5/3, 118-134. DOI: 10.21325/jotags.2017.86
- Devran, B.S. (2014). Doğu Anadolu Bölgesinde Yaşayan Adölesan Ve Yetişkinlerin Beslenme Alışkanlıkları İle Yeme Tutum Ve Davranışlarının Belirlenmesi. T.C. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Donini, L.M., Marsili, D., Graziani, M.P., Imbriale, M., & Cannella, C. (2005). Orthorexia nervosa: Validation of a diagnosis questionnaire. *Eating Weight Disord.* 10: e28-e32,
- Duman, E., Akçıl-Ok, M. ve Keser, A. (2020). Besin Neofobisi Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 157-161. <https://doi.org/10.30934/kusbed.643038>
- Ergüney, F. E. & Sertel-Berk, H. Ö. (2012). Anoreksiya Nervosa Değişim Evreleri Ölçeği (ANDEÖ) ve Bulimiya Nervosa Değişim Evreleri Ölçeği (BNDEÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Poster Bildiri, 17. Ulusal Psikoloji Kongresi, Boğaziçi Üniversitesi
- Fairburn, C.G., & Beglin, S.J. (1994) Assessment of eating disorders: Interview or self-report questionnaire? *International Journal of Eating Disorders*, 16 (4); 363-370
- Flint, A., Raben, A., Blundell, J. E., & Astrup, A. (2000). Reproducibility, power and validity of visual analogue scales in assessment of appetite sensations in single test meal studies. *International journal of obesity*, 24(1), 38-48.
- Framson, C., Kristal, A.R., Schenk, J.M., Littman, A.J., Zeliadt, S., & Benitez, D. (2009). Development and validation of the Mindful Eating Questionnaire. *Journal of American Dietetic Association*, 109(8):1439-1444.
- Garner, D.M. & Garfinkel, P.E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9(2), 273-279.
- Garner, D.M., Olmsted, M.P., Bohr, Y., & Garfinkel, P.E. (1982). The eating attitudes test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine* 12: 871-878.
- Gearhardt, A.N., Corbin, W.R., & Brownell, K.D., (2009). Preliminary validation of the Yale food addiction scale. *Appetite*, 52 (2); 430-436.
- Gezmen-Karadağ, M., Elibol, E., Yıldırım, H., Akbulut, G., Çelik, M.G., Değirmenci, M., Söğüt, M., Güneş, M., & Dinler, M.F.(2016). Sağlıklı Yetişkin Bireylerde Yeme Tutum ve Ortorektik Davranışlar ile Obezite Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *GMJ*; 27: 107-114
- Güzel, S. (2014). Tip 2 Diyabetli Bireylerin Yeme Tutum Ve Davranışları İle Yaşam Kalite Düzeylerinin Belirlenmesi. T.C. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme Ve Diyetetik Programı, Ankara, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Güzey, M.. (2014). Kadınlarda ağırlık yönetiminin yeme tutum davranışı üzerine etkisinin değerlendirilmesi. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Henderson, M., & Freeman, C.P.L. (1987). A self-rating scale for bulimia. The "BITE". *Bri J of Psyhiatry*, 150: 18-24
- İnanır, A., Habiboğlu, A., Erkorkmaz, Ü., & İnanır, S.(2001). Fibromyaljili Hastalarda Yeme Tutumunun Değerlendirilmesi. *Gaziosmanpaşa Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, Sayı 1sayfa 38-47
- Karakoç, F.Y., & Dönmez, L. (2014). Ölçek geliştirme çalışmalarında temel ilkeler. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 13(40), 39-49.
- Karakuş, S.S., Yıldırım, H., & Büyüköztürk, Ş. (2016). Üç faktörlü yeme ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *TAF Prev Med Bull*; Vol 15: Issue 3. DOI: 10.5455/pmb.1-1446540396
- Karlsson, J., Persson, L.O., Sjöström, L., & Sullivan, M. (2000). Psychometric properties and factor structure of the Three-Factor Eating Questionnaire (TFEQ) in obese men and women. Results from the Swedish Obese Subjects (SOS) study. *Int J Obes Relat Metab Disord.* ;24(12):1715-25.
- Kazkondur, İ. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Ortoreksiya Nervosa (Sağlıklı Beslenme Takıntısı) Belirtilerinin İncelenmesi. T.C Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Keskin, Y., Lüleci, N.E., Çelik, Ş., Erşan, N., Dikyol, M., Durucu, B., Erşan, T., Hekim, O. (2010). Maltepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Olası Yeme Bozukluğu Sıklığı, Maltepe Tıp Dergisi,,cilt 2 sayı 2 Ekim.
- Kıcalı, D.G. (2015).Üniversite Öğrencilerinde Beslenme Alışkanlıkları ve Yeme Bağımlılığının Farklı Kişilik Özellikleri ve Psikiyatrik Belirtilerle İlişkisinin İncelenmesi.T.C. Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Konya . Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Kırac, D., Kaspar, E., Avcılar, T., Cakir, O., Ulucan, K., Kurtel, H., ... & Guney, A. İ. (2015). A new method for investigating eating behaviours related with obesity: three-factor eating questionnaire. *Journal of Marmara University Institute of Health Sciences*, 5(3), 162-9..
- Kızıltan, G., Karabudak, E., Ünver, S., Sezgin, E., & Ünal, A. (2005). Tıkınırcasına yeme bozukluğu olan üniversite öğrencilerinin beslenme durumları. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 58:167-171.
- Klump, K. L., Suisman, J. L., Burt, S. A., McGue, M., & Iacono, W. G. (2009). Genetic and environmental influences on disordered eating: An adoption study. *Journal of abnormal psychology*, 118(4), 797.
- Köksal, E., Bilici, S., Dazıroğlu, M. E. Ç., & Gövez, N. E. (2022). Validity and reliability of the Turkish version of the Sustainable and Healthy Eating Behaviors Scale. *British Journal of Nutrition*, 1-7.
- Köse, G., Tayfur, M., Birincioglu, İ., & Dönmez, A. (2016). Yeme farkındalığı ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 125-134.
- Kundakçı, A.H. (2005). Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları, Benlik Algısı, Vücut Algısı Ve Stres Belirtileri Açısından Karşılaştırılması. T.C. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji (Sosyal Psikoloji) Anabilim Dalı, Ankara, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.

- Long, C. G., Blundell, J. E., & Finlayson, G. (2015). A systematic review of the application and correlates of YFAS-diagnosed 'food addiction'in humans: are eating-related 'addictions'a cause for concern or empty concepts?. *Obesity facts*, 8(6), 386-401.
- Menekli, T., Fadıloğlu, Ç., (2012). Beslenme değişim süreçleri ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 1 (21); 1-21
- Morgan, J. F., Reid, F., & Lacey, J. H. (1999). The SCOFF questionnaire: assessment of a new screening tool for eating disorders. *Bmj*, 319(7223), 1467-1468.
- Nolan LJ, Halperin LB, Geliebter A (2010) Emotional Appetite Questionnaire. Construct validity and relationship with BMI. *Appetite*, 54:314-9
- Özkan, İ. (2017). Hafif Şişman/ Obez Kadınlarda Yeme Bağımlılığı, Depresyon ve Diyet Kalitesinin Değerlendirilmesi. T.C. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- Okumuş, F. E. E., Berk, H. Ö. S., & Yücel, B. (2016). Yeme bozukluklarında tedavi motivasyonu ve yordayıcıları. *Psikoloji Çalışmaları*, 36(1), 41-64.
- Okumuşoğlu, S. (2017). Yeme Tutumunun, Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması, Cinsiyet Ve Vücut Kitle İndeksi İle İlişkinin Araştırılması. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, Cilt:1, Sayı:1, Haziran.
- Önal, S., Var, E. Ç., & Uçar, A. (2017). Davranışsal pediatrik besleme değerlendirme ölçeği (dpbdö)'ni Türkçe'ye uyarlama çalışması. *Nevşehir Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 6(1), 93-101.
- Özekinci, A. (2020). Üniversite öğrencilerinde mevsimsel değişimin duygu durumu, yeme tutumu ve beslenme durumu üzerine etkisinin değerlendirilmesi (Master's thesis, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Öztürk, M. (2010). Çocukların Beslenme Alışkanlıklarının Sağlık Davranışı Etkileşim Modeline Göre İncelenmesi. T.C. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Yayınlanmamış doktora tezi.
- Parcel, G. S., Edmundson, E., Perry, C. L., Feldman, H. A., O'Hara-Tompkins, N., Nader, P. R., ... & Stone, E. J. (1995). Measurement of self-efficacy for diet-related behaviors among elementary school children. *Journal of School Health*, 65(1), 23-27.
- Parmenter, K., & Wardle, J. (1999). Development of a general nutritional knowledge questionnaire for adults. *Eur J Clin Nutr*, 53, 298-308.
- Persky, S., Bouhlar, S., Goldring, M. R., & McBride, C. M. (2017). Beliefs about genetic influences on eating behaviors: Characteristics and associations with weight management confidence. *Eating behaviors*, 26, 93-98.
- Pliner, P., & Hobden, K. (1992). Development of a scale to measure the trait of food neophobia in humans. *Appetite*, 19:105-120. doi:10.1016/0195-6663(92)90014-W.
- Prochaska, J.O., Redding, C.A., & Evers, K.E. (1990). Theory, Research, and Practice. The transtheoretical model and stage of change. (Edited by Karen Glanz and R. B. Lewis FM) *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice*, 1990, pp: 60-84 , San Francisco: Published by CA: Jossey-Bass.
- Rieger, E. Touyz, S., & Beaumont, P. (2002). The anorexia nervosa stages of change questionnaire (ANOCQ): Information regarding its psychometric properties. *International Journal of Eating Disorders*, 32, 24-38
- Rozin, P. (1998). *Towards a Psychology of Food Choice*. Institut Danone: Brussels.
- Savaşır, I., & Erol, N. (1989). Yeme tutumu testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 19-25.
- Schulte, E. M., & Gearhardt, A. N. (2017). Development of the modified Yale food addiction scale version 2.0. *European Eating Disorders Review*, 25(4), 302-308.
- Schwartz, M. B., Just, D. R., Chriqui, J. F., & Ammerman, A. S. (2017). Appetite self-regulation: Environmental and policy influences on eating behaviors. *Obesity*, 25, S26-S38.
- Serin, Y., & Şanlıer, N. (2018). Duyusal yeme, besin alımını etkileyen faktörler ve temel hemşirelik yaklaşımları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(2), 135-146.
- Sevinçer, G.M., Konuk, N., Bozkurt, S., Saraçlı, Ö., & Coşkun, H. (2015). Bariatrik cerrahi hasta grubunda Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği Türkçe sürümünün psikometrik özellikleri. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 16(Special issue.1):44-53
- Söğüt, S.C., & Erdoğan, S. (2017). Adolesanlarda Obezitenin Önlenmesinde Psikososyal Ve Davranışsal Belirleyiciler: Transteoretik Model Perspektif. 2. Uluslararası Kadın Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Kongresi, Sayı: 2
- Spence, C. & Youssef, J. (2016). Constructing flavour perception: from destruction to creation and back again. *Flavour* 5: 3.
- Spitzer, R. L., Yanovski, S., Wadden, T., Wing, R., Marcus, M. D., Stunkard, A., ... & Horne, R. L. (1993). Binge eating disorder: its further validation in a multisite study. *international Journal of eating disorders*, 13(2), 137-153.
- Stunkard, A.J., & Messick, S. (1985). The three-factor eating questionnaire to measure dietary restraint, disinhibition and hunger. *Journal of Psychosomatic Research*. 1985; 29(1): 71-83.
- Şahin, G. (2017). Ağır Sanayi Kuruluşunda Çalışan Erkeklerde İş Stresi, Yeme Tutumu, Anksiyete Ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi
- Şanlıer, N., Ayhan, B., & Ayyıldız, F. (2015). Beslenme ve diyetetik alanında sıklıkla kullanılan ölçekler. *Uluslararası Hakemli Beslenme Araştırmaları Dergisi*.

- Tek, N.A., & Ermumcu, M.Ş.K. (2016). Sağlık Profesyonellerinde Sağlıklı Beslenme Kaygısı: Ortoreksiya Nervoza (ON). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 2016:1(2): 59-71.
- Tholin, S., Rasmussen, F., Tynelius, P., & Karlsson, J. (2005). Genetic and environmental influences on eating behavior: the Swedish Young Male Twins Study. *The American journal of clinical nutrition*, 81(3), 564-569.
- Ünlü, H. (2011). Okul Öncesi Dönem Çocuklar İçin Yeme Davranışı Değerlendirme Ölçeğinin Türk Çocuklarına Uyarlanması. T. C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı, İstanbul, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- Van Strien, T., Frijters, J. E., Bergers, G., Defares, P.B., (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assesment of restrained emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 5 (2); 295-315.
- Walsh, A. D., Hesketh, K. D., van der Pligt, P., Cameron, A. J., Crawford, D., & Campbell, K. J. (2017). Fathers' perspectives on the diets and physical activity behaviours of their young children. *PloS one*, 12(6), e0179210.
- Wardle, J., Guthrie, C.A., Sanderson, S., & Rapoport, L. (2001). Development of the Children's Eating Behaviour Questionnaire. *J Child Psychol Psychiatry*, 42:963-970. PMID:11693591
- Yılmaz, R., Esmeray, H., & Erkorkmaz, Ü. (2011). Çocuklarda Yeme Davranışı Anketinin Türkçe uyarlama çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12:287-294.
- Yücel, B., Polat, A., İkiz, T., Pirim Düşgör, B., Yavuz, A.E., & Sertel Berk, Ö. (2011).The turkish version of the eating disorder examination questionnaire: Reliability and validity in adolescents. *European Eating Disorders Review*, 19, 509-511
- Żakowska-Biemans, S., Pieniak, Z., Kostyra, E., & Gutkowska, K. (2019). Searching for a measure integrating sustainable and healthy eating behaviors. *Nutrients*, 11(1), 95.