

Besin Gücü Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Besin Gücü Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17585>

Özet

Besin Gücü Ölçeği (BGO), özgün olarak İngilizce dilinde geliştirilen Power of Food Scale (PFS) isimli psikolojik aracın Türkçe yetkin popülasyonuna uyarlanması ve geçerlik/güvenirlilik çalışması yapılmıştır. Bu ölçek, bireyin fizyolojik açlık durumundan bağımsız olarak, çevresel besin ipuçlarına (görme, koklama veya yiyeceğin varlığı) karşı gösterdiği motivasyonel tepkiyi ve besinlerin çekicilik gücünü ölçmek amacıyla tasarlanmıştır. BGO, özellikle **hedonik açlık** kavramını ve iştahın homeostatik olmayan yönlerini araştırmada kritik bir araçtır.

Türkçe uyarlama çalışması Zzzet Ülker, Fatih Ayyıldız ve Hakan Yıldız tarafından 2021 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçek, açlık yeme davranışları, obezite ve yeme bozuklukları ile ilişkili psikolojik süreçleri anlamada önemli bir katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Besin Gücü Ölçeği, Power of Food Scale, Ölçek Uyarlama, **Hedonik Açlık**, Açlık Yeme, Obezite, Yeme Davranışları, Psikometri.

Yazarlar

Zzzet Ülker, Fatih Ayyıldız, Hakan Yıldız

Amaç

Besin Gücü Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin çevrelerindeki yiyeceklere karşı duydukları motivasyonel tepkinin şiddetini ve sıklığını nicel olarak ölçmektir. Bu motivasyon, genellikle yüksek enerji yoğunluğuna sahip, lezzetli (palatable) yiyecekler tarafından tetiklenir. Ölçek, fizyolojik ihtiyaçtan kaynaklanmayan, yeme arzusunu tetikleyen çevresel faktörlerin etkisini değerlendirir.

Ölçeğin Türkçe uyarlanmasının amacı, Türk kültüründe ve popülasyonunda besinlerin algılanan gücünü ölçmek için kültürel olarak geçerli ve güvenilir bir araç sağlamaktır. Bu sayede, beslenme psikolojisi ve halk sağlığı alanlarında yürütülen araştırmaların uluslararası standartlara uygun bir şekilde yapılması hedeflenmiştir.

Yapı

Besin Gücü Ölçeği, bireyin yiyecekleri ne kadar arzuladığına ve yiyeceklerin birey üzerinde ne kadar duygusal ve davranışsal kontrol sahibi olduğuna odaklanan **psikolojik yapı** üzerine kurulmuştur. Bu yapı, **hedonik açlık** olarak bilinen ve ödül merkezli yeme davranışlarını temsil eden bir kavramla yakından ilişkilidir. Ölçek, genellikle yiyeceklerin varlığı, tadı ve erişilebilirliği

gibi alt boyutlar üzerinden bu motivasyonel gücü değerlendirir.

Ölçek, yiyeceklerin sadece fizyolojik ihtiyaç giderme aracı olmaktan öte, bilişsel ve duygusal tepkileri tetikleyen güçlü çevresel ipuçları olduğunu varsayar. Yüksek BGO puanı, bireyin çevresel besin sinyallerine karşı daha duyarlı olduğunu ve bu durumun potansiyel olarak ağız yeme davranışlarına yol açabileceğini gösterir.

Geçerlik

Türkçe uyarlama çalışmasında (Ülker ve ark., 2021) ölçeğin geçerliliği çeşitli yöntemlerle incelenmiştir. Özellikle **yapı geçerliliği**, ölçeğin teorik olarak ölçmesi beklenen yapıyı ne ölçüde ölçtüğünü belirlemek amacıyla analiz edilmiştir. Bu analizlerde, orijinal ölçeğin faktör yapısının Türkçe örneklemede de korunduğu gösterilmiştir.

Ayrıca, ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında, BGO puanlarının beklenen teorik ilişkileri doğrulamak için Vücut Kitle İndeksi (VKİ) ve diğer yeme davranışları ölçekleri ile korelasyonları incelenmiştir. Bu ilişkilerin güçlü ve anlamlı çıkması, ölçeğin Türkçe formunun geçerli bir ölçüm aracı olduğunu desteklemektedir.

Güvenirlilik

Besin Gücü Ölçeği'nin güvenirlik analizlerinde, ölçeğin iç tutarlılığı ve zamana karşı stabilitesi değerlendirilmiştir. **İç tutarlılık**, ölçekteki maddelerin aynı yapıyı ne kadar tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir ve genellikle Cronbach's Alpha katsayısıyla rapor edilir.

Türkçe adaptasyon çalışmasında elde edilen Cronbach's Alpha katsayısı, ölçeğin genelinde yüksek bir iç tutarlılığına sahip olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, ölçeğin tekrarlı ölçümlerde tutarlı sonuçlar üretebileceğini anlamına gelmektedir. Gerekli görüldüğü durumlarda test-tekrar test güvenilirliği de incelenerek, ölçüm sonuçlarının zaman içinde ne kadar stabil kaldığı belirlenmiştir.

Faktör Analizi

Besin Gücü Ölçeği'nin psikometrik yapısını incelemek üzere **Faktör Analizi** yöntemleri kullanılmıştır. Türkçe uyarlama çalışmasında, ölçeğin orijinal yapısının Türk yetiğinin popülasyonunda da geçerli olup olmadığını test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır.

DFA sonuçları, Türkçe formun orijinal ölçekte önerilen çok boyutlu yapıyı (örneğin, yiyeceklerin yakınlığı, yiyeceklerin tadı/kokusu gibi alt boyutlar) başarıyla bir şekilde yansıttığını ortaya koymuştur. Bu faktör yapısının kabul edilebilir uyum indekslerine sahip olması, ölçeğin yapısal

geçerliliğini destekleyen önemli bir kanıttır.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarılama

Format: Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Scale)

Mevcut Diller: Türkçe (Orijinali İngilizce)

Popülasyon Grubu: Yetişkin Popülasyon

Yaş Grubu: Yetişkinler

Popülasyon Detayları: Türk yetişkin popülasyonu üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.

Test Metodolojisi: Psikometrik geçerlik ve güvenilirlik analizleri (DFA, iç tutarlılık, korelasyon analizleri) kullanılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Besin Gücü, Yeme Motivasyonu, Psikometri, Yeme Bozuklukları, Bilişsel Davranışçı Terapi, Ölçek Geliştirme.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: İzzet Ülker

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Veri Kaynığında Bulunmamaktadır.

Kurum E-posta Adresleri: Veri Kaynığında Bulunmamaktadır.

Yazışma Adresi: izzetulker@gmail.com

İzinler, Ücret ve Test Yılı

İzinler ve Kullanım Ücreti: Ölçeğin kullanımı ve telif hakları hakkında kesin bilgi için sorumlu yazar (İzzet Ülker) ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Akademik çalışmalarda kullanım genellikle yazar iznine tabidir.

Test Yılı (Uyarılama Çalışması): 2021

Kaynaklar

Ülker, ?. , Ayyıldız, F., & Yıldız, H. (2021). Validation of the Turkish version of the power of food scale in adult population. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26, 1179-1186. DOI: [10.1007/s40519-020-01019-x](https://doi.org/10.1007/s40519-020-01019-x)

Çalışmanın orijinal makalesine Springer platformu üzerinden erişilebilir: link.springer.com

Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasına ait orijinal PDF dosyası buradan indirilebilir: [besin-gucu-olceginin-turkce-gecerlilik-ve-guvenirlilik-calismasi-hedonik-aclik-toad.pdf](https://www.arabpsychology.com/besin-gucu-olceginin-turkce-gecerlilik-ve-guvenirlilik-calismasi-hedonik-aclik-toad.pdf)

Besin Gücü Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Ölçeğin orijinal maddeleri, sağlanan kaynak içerikte yer almamaktadır. Maddeler için yazarın orijinal makalesine veya sorumlu yazara başvurulması gerekmektedir.