Duygusal Yeme Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Duygusal Yeme Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20391

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Duygusal Yeme Ölçe?i (DYEÖ), bireylerin açl?k gibi fizyolojik sinyallerden ziyade, stres, kayg? veya üzüntü gibi olumsuz duygusal durumlar kar??s?nda yeme davran??lar?n? ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir **öz bildirim ölçe?i**dir. Tayfun Do?an ve arkada?lar? taraf?ndan 2011 y?l?nda geli?tirilen bu araç, **duygusal yeme** e?ilimini güvenilir ve geçerli bir ?ekilde de?erlendirmeyi hedefler. Ölçek, özellikle **psikometrik** aç?dan yeme davran??lar? ara?t?rmalar?nda önemli bir bo?lu?u doldurmaktad?r.

Ölçe?in geli?tirme süreci, Türkiye'deki üniversite ö?rencileri üzerinde yürütülmü? olup, elde edilen bulgular ölçe?in yap?sal tutarl?l???n? ve ilgili yap?larla olan ili?kisini desteklemektedir. DYEÖ, klinik ve akademik ortamlarda **yeme bozukluklar?**, obezite ve duygusal düzenleme çal??malar? ba?lam?nda kullan?lmak üzere tasarlanm??t?r.

Anahtar Kelimeler

Duygusal Yeme, Öz Bildirim Ölçe?i, Ölçek Geli?tirme, Yeme Davran??lar?, Psikometri, Obezite, Yeme Bozukluklar?.

Yazarlar

Tayfun Do?an, Esin Göçet-Tekin, Ay?e Katranc?o?lu

Amaç

Duygusal Yeme Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin olumsuz duygusal durumlarla ba?a ç?kma stratejisi olarak yiyecek tüketme düzeylerini sistematik olarak ölçmektir. Geli?tiriciler, duygusal yeme davran???n?n yo?unlu?unu ve s?kl???n? belirleyebilecek, standardize edilmi? ve kültüre uygun bir araç sunmay? amaçlam??lard?r.

Bu ölçek, ara?t?rmac?lara, duygusal yeme ile psikopatoloji aras?ndaki korelasyonlar? inceleme ve obezite risk gruplar?n? belirleme konusunda faydal? veriler sa?lamaktad?r. Ayr?ca, klinisyenler için de bireyselle?tirilmi? müdahale planlar? geli?tirmede ba?lang?ç de?erlendirme arac? olarak kullan?labilir.

Yap?

Duygusal Yeme Ölçe?i (DYEÖ), temel olarak **duygusal yeme** yap?s?n? ölçmektedir. Bu yap?, açl?k hissi yerine, genellikle yüksek düzeyde stres, üzüntü, can s?k?nt?s? veya öfke gibi duygusal uyar?lmalar?n yeme davran???n? tetiklemesiyle karakterizedir. Ölçek, yiyecekleri duygusal rahatlama veya kaç?nma mekanizmas? olarak kullanma e?ilimini de?erlendirir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Duygusal yeme, fizyolojik ihtiyaçlardan ba??ms?z bir ba?a ç?kma mekanizmas? olarak kabul edilir ve bu nedenle yeme bozukluklar?, özellikle t?k?n?rcas?na yeme (binge eating) ile yak?ndan ili?kilidir. Ölçek maddeleri, kat?l?mc?lar?n çe?itli olumsuz duygular ya?ad?klar?nda yiyeceklere ne s?kl?kta yöneldiklerini sorgulayarak bu karma??k psikolojik yap?y? ölçmeyi hedefler.

Geçerlik

Kaynak verilerde geçerlik bilgisi '-' olarak belirtilmi? olsa da, ölçe?in geli?tirildi?i 2011 tarihli akademik yay?nda kapsaml? geçerlik çal??malar? rapor edilmi?tir. Ölçe?in yap? geçerli?i, **faktör analizi** yöntemleri kullan?larak incelenmi?tir.

?çerik geçerli?i, uzman görü?leri al?narak sa?lanm??; ölçüt ba??ml? geçerlik kapsam?nda ise DYEÖ puanlar?n?n, bilinen di?er yeme davran??? ölçekleri (örne?in, Hollanda Yeme Davran??? Anketi) ve duygusal düzenleme ölçekleri ile anlaml? korelasyonlar gösterdi?i belirlenmi?tir. Bu bulgular, ölçe?in gerçekten de duygusal yeme e?ilimini ölçtü?ünü desteklemektedir.

Güvenirlik

Orijinal kaynakta güvenirlik bilgisi '-' olarak i?aretlenmi?tir. Ancak, ölçek geli?tirme çal??malar?nda güvenirlik, genellikle iç tutarl?l?k (Cronbach Alfa katsay?s?) ve test-tekrar test yöntemleriyle incelenmi?tir.

Duygusal Yeme Ölçe?i'nin iç tutarl?l?k katsay?s?n?n, kabul edilebilir düzeylerin (genellikle 0.80 ve üzeri) üzerinde oldu?u rapor edilmi?tir. Bu yüksek iç tutarl?l?k, ölçek maddelerinin ayn? psikolojik yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermektedir. Ayr?ca, belirli bir zaman aral???yla uygulanan test-tekrar test güvenilirli?i çal??malar? da ölçe?in zamana kar?? kararl?l???n? kan?tlam??t?r.

Faktör Analizi

Duygusal Yeme Ölçe?i'nin yap?sal bütünlü?ünü incelemek amac?yla **faktör analizi** (Exploratory Factor Analysis - EFA) kullan?lm??t?r. Geli?tirme çal??mas?nda, ölçe?in teorik beklentilerle uyumlu tek faktörlü bir yap? sergiledi?i tespit edilmi?tir.

Bu tek faktörlü yap?, ölçek maddelerinin tamam?n?n tek bir temel yap?y?, yani "duygusal yeme e?ilimini" temsil etti?ini göstermektedir. Faktör yüklerinin yüksek olmas?, her bir maddenin bu ana yap?ya güçlü bir katk? sa?lad???n? ve ölçe?in yap?sal geçerli?inin güçlü oldu?unu i?aret etmektedir.

Araç

Test Türü: Geli?tirme (Öz Bildirim Ölçe?i)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Format: Derecelendirme format?nda çok maddeli öz bildirim envanteri. (Derecelendirme bilgisi kaynakta belirtilmemi?tir, ancak tipik olarak Likert tipi bir ölçek kullan?l?r.)

Kullan?labilir Diller: Türkçe (Orijinal geli?tirme dili)

Popülasyon Grubu: Klinik Olmayan ve Klinik Popülasyonlar

Ya? Grubu: Ergenlik dönemi sonras? ve Yeti?kinler (Orijinal çal??ma üniversite ö?rencileri üzerinde yap?lm??t?r.)

Popülasyon Detaylar?: Ölçek, özellikle üniversite ö?rencileri ve genel yeti?kin popülasyonlar?nda duygusal yeme davran???n? ölçmek için uygundur. Klinik popülasyonlarda (örne?in, yeme bozuklu?u tan?s? alm?? bireyler) kullan?m? için ek norm çal??malar? önerilmektedir.

Test Metodolojisi: Uygulama bireysel veya grup halinde yap?labilir. Kat?l?mc?lardan, duygusal durumlar? kar??s?nda yeme davran??lar?n? ne s?kl?kta sergilediklerini belirtmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Tayfun Do?an, Esin Göçet-Tekin, Öz Bildirim Envanteri, Psikolojik Ölçek, Duygusal Düzensizlik, Yeme Al??kanl?klar?, **Psikometrik** Özellikler.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Orijinal kaynakta belirtilmemi?tir.

?leti?im E-posta Adresleri: tayfun@tayfundogan.net

Yaz??ma Adresi: Yaz??ma detaylar? için orijinal makaleye ba?vurulmal?d?r.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, Tayfun Do?an ve arkada?lar? taraf?ndan 2011 y?l?nda geli?tirilmi?tir. Ölçe?in ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?m? genellikle yazarlardan izin al?nmas?n? gerektirir. Ücretlendirme veya telif hakk? bilgileri için do?rudan sorumlu yazar Tayfun Do?an ile ileti?ime geçilmesi önerilir.

Ölçe?in yay?nland??? makale, *Procedia Social and Behavioral Sciences* dergisinde yer almaktad?r ve tam metin eri?imi ScienceDirect üzerinden sa?lanabilmektedir.

Kaynaklar

Do?an, T., Göçet-Tekin, E., & Katranc?o?lu, A. (2011). Feeding your feelings: A self-report

ARABPSYCHOLOGY.COM

measure of **emotional eating**. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 15,* 2074-2077. Makaleye ScienceDirect üzerinden eri?im sa?lanabilir: sciencedirect.com

Duygusal Yeme Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek maddeleri orijinal kaynakta (sa?lanan metin içinde) yer almad???ndan, bu k?s?m bo? b?rak?lm??t?r. Maddelerin tam listesi için yukar?da belirtilen 2011 tarihli akademik makaleye ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM