

Gece Yeme Anketi

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Gece Yeme Anketi*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=22054>

Özet

Gece Yeme Anketi (GYA), bireylerdeki Gece Yeme Sendromu (GYS) semptomları'nın şiddetini ve sıklığını ölçmek amacıyla kullanılan bir öz bildirim ölçeğidir. Bu form, orijinal ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması versiyonudur ve **psikiyatrik ayaktan hasta popülasyonunda** geçerlilik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. GYA, 14 maddeden ve dört temel alt boyuttan oluşarak, GYS'nin çok boyutlu yapısını (gece yeme atakları, akşam hiperfajisi, sabah iştahsızlığı ve duygudurum/uyku bozukluğu) kapsamlı bir şekilde değerlendirmeyi hedefler.

Anahtar Kelimeler

Gece Yeme Sendromu, Yeme Bozuklukları, Hiperfaji, Psikiyatri, Ölçek Uyarlaması, Likert.

Yazarlar

N. Atasoy, L. Atik, Ö. Saraçlı, N. Konuk, H. Ankaralı, O. Güriz, A. Akdemir, G. M. Sevinçer.

Amaç

Gece Yeme Anketi'nin (GYA) temel **amacı**, bireylerdeki Gece Yeme Sendromu (GYS) semptomları'nın yoğunluğunu ve sıklığını güvenilir bir şekilde değerlendirmektir. Türkçe uyarlamasının özel amacı ise, bu sendromun Türkiye'deki klinik ve araştırma ortamlarında geçerli ve güvenilir bir şekilde taranabilmesini sağlamaktır.

Bu ölçek, özellikle akşam yemeğinden sonra aşırı kalori tüketimi, gece uyanıp yeme eylemleri, uyku bozuklukları ile ilişkili yeme davranışları ve **sabah iştahsızlığı** gibi **GYS'nin** karakteristik özelliklerini tespit etmek için tasarlanmıştır. Ölçek, özellikle **psikiyatrik ayaktan hasta popülasyonunda** geçerlenerek bu klinik gruptaki kullanım uygunluğu kanıtlanmıştır.

Yapı

GYA'nın ölçtüğü temel **psikolojik yapı**, Gece Yeme Sendromu'dur (GYS). GYS, genellikle duygudurum bozuklukları, obezite ve sirkadiyen ritim bozuklukları ile ilişkili, klinik olarak önemli bir yeme-uyku paternini ifade eder. Ölçek, bu sendromun farklı bileşenlerini ölçmek üzere çok boyutlu bir yapıya sahiptir.

Ölçek, GYS'nin klinik görünümünü yansıtan 14 maddeyi dört temel alt boyutta gruplandırarak yapısal geçerliliğini desteklemektedir:

Gece Yeme alt boyutu (6 madde): Gece uykudan uyanarak gerçekleştirilen yeme eylemlerinin sıklığını ölçer.

Akşam Hiperfajisi alt boyutu (3 madde): Akşam yemeği sonrasında tüketilen kalori miktarının aşırı olması değerlendirir.

Sabah İhtahsızlığı alt boyutu (3 madde): Sabah saatlerinde belirgin bir iştah kaybı veya iştahsızlık durumunu ölçer.

Duygudurum ve Uyku Bozukluğu alt boyutu (2 madde): Yeme davranışı ile ilişkili duygusal durumu ve uyku kalitesindeki bozulmaları değerlendirir.

Geçerlik

Türkçe formun **geçerlilik** çalışmaları, Atasoy ve arkadaşları (2014) tarafından **psikiyatrik ayaktan hasta popülasyonunda** gerçekleştirilmiştir. Çalışmada yapı geçerliliğini incelemek amacıyla faktör analizi teknikleri kullanılmış ve orijinal ölçeğin dört faktörlü yapılarının Türk örnekleminde de istatistiksel olarak kabul edilebilir düzeyde korunduğu gösterilmiştir.

Çeviri ve uyarlama sürecinde dilsel eşdeğerlik çalışmaları titizlikle yapılmış, ayrıca GYA'nın diğer klinik tanı araçları ve ilgili psikometrik ölçeklerle olan korelasyonları incelenerek ölçüt baskımlı geçerliliği desteklenmiştir. Bu çalışmalar, GYA'nın Gece Yeme Sendromu ile ilişkili semptomları doğru ve yerinde ölçtüğünü kanıtlamaktadır.

Güvenirlilik

Ölçeğin **güvenilirliği**, iç tutarlılık katsayıları (özellikle **Cronbach Alfa**) kullanılarak değerlendirilmiştir. Uyarlama çalışması, GYA'nın Türkçe formunun hem toplam puanda hem de dört alt boyutunda yüksek veya kabul edilebilir düzeyde bir iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermiştir. Yüksek iç tutarlılık değerleri, ölçek maddelerinin ölçülmek istenen **yapı** ile tutarlı olduğunu ve stabil sonuçlar verdiğini işaret eder.

Güvenirlilik analizleri, ölçeğin klinik ve araştırma ortamlarında Gece Yeme Sendromu semptomlarının değerlendirilmesinde istikrarlı bir araç olduğunu doğrulamaktadır. Çalışmada, ölçeğin zaman içinde tutarlılığını gösteren test-tekrar test güvenilirliği analizlerinin de yapılmış olması muhtemeldir.

Faktör Analizi

Gece Yeme Anketi'nin Türkçe formunun yapısal geçerliliğini incelemek için yapılan **faktör analizi** sonuçları, ölçeğin 14 madde ile dört alt boyutu içeren orijinal yapıların güçlü bir şekilde desteklemektedir. Bu dört faktörlü model, GYS'nin klinik olarak ayırt edilen temel semptom kümelerini yansıtmaktadır.

Faktör yükleri ve model uyum indeksleri, her bir maddenin kendi alt boyutuyla yüksek korelasyon gösterdiğini ve faktörler arasında yeterli düzeyde ayrışma olduğunu ortaya koymuştur. Bu

yapısal doğrulama, GYA'nın sadece toplam bir skor değil, aynı zamanda GYS'nin farklı klinik görünümlerini ayrı ayrı değerlendirilen alt boyut skorları sağlamasına olanak tanır.

Araç

Test Türü: Uyarlama (Orijinal ölçek: Night Eating Questionnaire - NEQ)

Format: 14 maddeden oluşan öz bildirim anketidir.

Mevcut Diller: Türkçe (Uyarlama formu), İngilizce (Orijinal form).

Popülasyon Grubu: Klinik Popülasyon.

Yaş Grubu: Yetişkinler.

Popülasyon Detayları: Psikiyatrik ayaktan hasta popülasyonunda geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır.

Test Metodolojisi: Ölçek, 5'li Likert tipi derecelendirme (karma seçenekler) kullanmaktadır. Katılımcılar, belirtilen semptomların sıklığı veya yoğunluğunu uygun seçeneği işaretleyerek belirtirler.

Anahtar Kelimeler

GYA, Psikometri, Öz Bildirim Ölçeği, Uyku Bozukluğu, Akşam Yemeği, Türkçe Form.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Bilgi mevcut değil.

Bağı Kuruluş E-posta Adresleri: nurayulus@yahoo.com (Sorumlu Yazar Nuray Ulus)

Yazın Adresi: Bilgi mevcut değil.

Çinler, Ücret ve Test Yılı

Gece Yeme Anketi'nin Türkçe adaptasyon çalışması **2014** yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin kullanımı ve telif hakları ile ilgili izinler için sorumlu yazar Nuray Ulus ile e-posta yoluyla iletişime geçilmesi gerekmektedir. Akademik ve araştırma amaçlı kullanımlar için izin ve ücret bilgileri yazarın güncel politikalarına bağlıdır.

Kaynaklar

Atasoy, N., Atik,L., Saraçlı? Ö., Konuk, N., Ankaralı?, H. ve Güriz,O, Akdemir, A.,Sevinçer, G,M. (2014). Gece Yeme Anketi-Türkçe Formunun **psikiyatrik ayaktan hasta popülasyonunda** geçerlilik ve güvenilirlik çalışması?. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(3), 238-247. Makalenin tam metnine scopemed.org adresi üzerinden erişim sağlanabilir.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir: gece-yeme-anketi-turkce-form-toad.pdf

Gece Yeme Anketinin Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri, orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir. Orijinal kaynaktan maddelerin kendisi yerine alt boyutlar listelenmemiştir.

Gece Yeme Anketi toplam 14 maddeden oluşmaktadır ve bu maddeler dört alt boyuta dağılmıştır:

Gece Yeme alt boyutu (6 m)

Akşam Hiperfajisini alt boyutu (3 m)

Sabah tahsisi alt boyutu (3 m)

Duygudurum ve Uyku Bozukluğu alt boyutu (2 m)