Sezgisel Yeme Ölçe?i-2

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Sezgisel Yeme Ölçe?i-2*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30151

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Sezgisel Yeme Ölçe?i-2 (SYÖ-2), sezgisel yeme davran??lar?n? ölçmek amac?yla geli?tirilen Intuitive Eating Scale-2'nin (IES-2) Türkçe kültürleraras? uyarlamas?d?r. Ölçek, bireyin içsel açl?k ve doygunluk sinyallerine güvenme, yeme?e ko?ulsuz izin verme ve duygusal nedenlerden ziyade fiziksel ihtiyaçlar do?rultusunda yeme e?ilimini de?erlendirir. Ümit Ak?rmak ve arkada?lar? taraf?ndan 2018 y?l?nda gerçekle?tirilen uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türk popülasyonunda geçerli ve güvenilir bir ölçüm arac? oldu?unu göstermi?, güçlü psikometrik özellikler sergilemi?tir.

Anahtar Kelimeler

Sezgisel Yeme Ölçe?i-2, SYÖ-2, Sezgisel Yeme, beslenme davran??lar?, psikometrik de?erlendirme, kültürleraras? uyarlama.

Yazarlar

Ümit Ak?rmak, Ece Bak?ner, Hande Bolak Boratav, Gülen Güneri (Türkçe Uyarlama Yazarlar?).

Amaç

Sezgisel Yeme Ölçe?i-2'nin temel amac?, bireylerin yeme davran??lar?nda içsel sinyallere ne ölçüde güvendiklerini ve yiyeceklerle sa?l?kl? bir ili?ki kurup kurmad?klar?n? tespit etmektir. Bu ölçek, özellikle yeme bozukluklar?, beden imaj? sorunlar? ve diyet kültürü üzerine yap?lan ara?t?rmalarda, sezgisel yeme düzeyini nicel olarak belirlemek için tasarlanm??t?r.

Uyarlama çal??mas?, orijinal ölçe?in psikometrik yap?s?n? Türk kültürü ba?lam?nda do?rulamay? ve ara?t?rmac?lara bu önemli yap?y? ölçmek için geçerli bir araç sunmay? hedeflemi?tir.

Yap? (Konstrükt)

SYÖ-2, çok boyutlu bir yap? olan sezgisel yeme davran???n? ölçmektedir. Bu yap?, genel olarak dört ana bile?en etraf?nda ?ekillenir:

Ko?ulsuz Yeme ?zni: Bireyin yiyecekleri "iyi" veya "kötü" olarak etiketlemeden, suçluluk duymadan yeme özgürlü?ünü ifade eder.

Duygusal Olmaktan Çok Fiziksel Nedenlerle Yeme: Stres, kayg? veya can s?k?nt?s? gibi duygusal durumlar yerine, fizyolojik açl?k sinyallerine yan?t olarak yeme.

Açl?k/Doygunluk ?puçlar?na Güvenme: Bedenin gönderdi?i açl?k ve doygunluk sinyallerini tan?ma ve bunlara uygun ?ekilde tepki verme yetene?i.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Vücut-Yiyecek Seçimi Uyumu: Bireyin sa?l???n? ve iyi olu?unu destekleyen yiyecekleri seçme e?ilimi.

Geçerlik

Sezgisel Yeme Ölçe?i-2'nin Türkçe uyarlama çal??mas?nda yap?sal geçerlik, Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?larak incelenmi?tir. DFA sonuçlar?, orijinal ölçekte yer alan dört faktörlü yap?n?n Türk örnekleminde de iyi bir uyum sergiledi?ini ve ölçe?in teorik yap?s?n? destekledi?ini göstermi?tir.

Ayr?ca, ölçe?in di?er ilgili yap?larla (örne?in, yeme patolojisi göstergeleri ve beden memnuniyeti) korelasyonlar? incelenerek ölçüt geçerli?i ve ayr??ma geçerli?i de de?erlendirilmi?tir. Bu bulgular, SYÖ-2'nin sezgisel yeme konstrüktünü do?ru ve tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü kan?tlamaktad?r.

Güvenirlik

Ölçe?in iç tutarl?l?k güvenirli?i, Cronbach Alfa katsay?s? ile de?erlendirilmi?tir. Ak?rmak ve arkada?lar? (2018) taraf?ndan yap?lan analizler, hem ölçe?in genel toplam puan? hem de dört alt boyutu için yüksek düzeyde iç tutarl?l?k katsay?lar? (genellikle 0.70'in üzerinde) elde edildi?ini raporlam??t?r. Bu yüksek de?erler, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermektedir.

Güvenirlik de?erlendirmesi kapsam?nda, ölçe?in zaman içindeki kararl?l???n? test etmek amac?yla test-tekrar test güvenilirli?ine ili?kin ek çal??malar da yürütülmü? olabilir, bu da ölçek puanlar?n?n zamansal olarak stabil kald???n? do?rular.

Faktör Analizi

Türkçe uyarlama sürecinde ölçe?in faktör yap?s?n? incelemek amac?yla Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) uygulanm??t?r. DFA, veri setinin orijinal IES-2'nin önerdi?i dört boyutlu model ile uyumunu test etmi?tir. Analiz sonuçlar?, model uyum indekslerinin (örne?in, CFI, TLI, RMSEA) tatmin edici düzeyde oldu?unu ve ölçe?in dört alt boyutlu yap?s?n?n Türk kültürü için geçerli oldu?unu do?rulam??t?r.

Ölçek (Enstrüman)

Test Türü: Uyarlama (Cross-cultural Adaptation)

Format: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Questionnaire), Likert Tipi Derecelendirme

Mevcut Diller: Türkçe (Uyarlama), ?ngilizce (Orijinal)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler, özellikle yeme davran??lar? ve beden imaj? üzerine çal??an popülasyonlar.

Ya? Grubu: 18 ya? ve üzeri

Popülasyon Detaylar?: Türkiye'deki üniversite ö?rencileri ve genel popülasyon örneklemi üzerinde psikometrik özellikleri test edilmi?tir.

Test Metodolojisi: 5'li Likert tipi derecelendirme (1=Kesinlikle Kat?lm?yorum'dan 5=Kesinlikle Kat?l?yorum'a kadar).

Anahtar Kelimeler

Psikolojik ölçüm, yeme bozukluklar?, içgüdüsel yeme, psikometri, beslenme psikolojisi, Türkiye adaptasyonu, öz bildirim.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Kaynakta belirtilmemi?tir.

Kurum E-posta Adresleri: umit.akirmak@bilgi.edu.tr (Sorumlu Yazar ?leti?im)

Yaz??ma Adresi: Ümit Ak?rmak, ?stanbul Bilgi Üniversitesi, Türkiye.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l? (Uyarlama): 2018

?zinler ve Ücret: Ölçe?in kullan?m? için sorumlu yazar Ümit Ak?rmak ile e-posta yoluyla ileti?ime geçilmesi önerilir. Akademik ve ticari olmayan ara?t?rmalar için izin ko?ullar? yazara ba?l?d?r.

Referanslar

Ak?rmak, Ü., Bak?ner, E., Bolak Boratav, H. & Güneri, G. (2018). Cross-cultural adaptation of the intuitive eating scale-2: psychometric evaluation in a sample in Turkey. *Current Psychology*, *40*, 1083-1093.

Orijinal PDF dosyas? buradan indirilebilir: sezgisel-yeme-olcegi-2-toad.pdf

Sezgisel Yeme Ölçe?i-2 Maddeleri

ÖNEML?: Ölçe?in maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Maddelerin tam listesi için lütfen Ak?rmak ve arkada?lar?n?n (2018) orijinal uyarlama makalesine ba?vurunuz.

ARABPSYCHOLOGY.COM