Üç Faktörlü Beslenme Anketi

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Üç Faktörlü Beslenme Anketi*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32017

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Üç Faktörlü Beslenme Anketi (ÜFBA), bireylerin yeme davran??lar?n? ve al??kanl?klar?n? de?erlendirmek amac?yla tasarlanm?? bir psikolojik ölçektir. Bu ölçek, özellikle **obezite** ile ili?kili yeme stillerini incelemek için geli?tirilmi?tir. Kaynakta belirtilen bu versiyon, orijinal ölçe?in Türkçe popülasyonuna uyarlanm?? halidir. ÜFBA, yeme davran???n?n üç temel boyutunu ölçer: K?s?tl? Yeme, Kontrolsüz Yeme ve Duygusal Yeme/Açl?k. Uyarlama çal??mas?, bu faktörlerin Türk kültüründeki geçerlili?ini ve güvenilirli?ini ara?t?rm?? olup, **beslenme al??kanl?klar?** ve **vücut a??rl??? yönetimi** aras?ndaki karma??k ili?kiyi anlamaya yard?mc? olmay? amaçlamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Üç Faktörlü Beslenme Anketi, Obezite, Yeme Davran???, Beslenme Al??kanl?klar?, K?s?tl? Yeme, Kontrolsüz Yeme, Psikometri, Uyarlama.

Yazarlar

Deniz K?raç (Sorumlu Yazar), E. Ç. Kaspar, T. Avc?lar, Ö. K. Çak?r, K. Ulucan, H. Kurtel.

Amaç

Üç Faktörlü Beslenme Anketinin temel amac?, bireylerin yeme davran??lar?n? yönlendiren psikolojik mekanizmalar? ölçmektir. Bu uyarlama çal??mas? özelinde amaç, orijinal ölçe?in **Türkçe** konu?an yeti?kin popülasyonunda kültürel ve dilsel e?de?erli?ini sa?layarak, özellikle **obezite** ara?t?rmalar?nda kullan?labilecek güvenilir bir araç sunmakt?r.

Ölçek, yeme davran???n?n farkl? yönlerini ay?rt ederek, klinik ve akademik çal??malarda **yeme bozukluklar?** riskini, kilo kontrol stratejilerini ve beslenme müdahalelerinin etkinli?ini de?erlendirmek için kritik bir araç görevi görür. Bu sayede, bireyselle?tirilmi? tedavi yakla??mlar?n?n geli?tirilmesine katk?da bulunur.

Yap?

Üç Faktörlü Beslenme Anketi, ad?ndan da anla??laca?? üzere, yeme davran???n? üç ana faktör alt?nda inceleyen çok boyutlu bir yap?d?r. Bu faktörler ?unlard?r:

K?s?tl? Yeme (Restrained Eating): Bireyin kilo kontrolü veya sa?l?k hedefleri nedeniyle yiyecek al?m?n? bilinçli olarak k?s?tlama e?ilimi. Bu faktör, diyet yapma çabalar?n? ve yiyecekler hakk?nda bili?sel kontrolü yans?t?r.

Kontrolsüz Yeme (Disinhibition): Bili?sel k?s?tlamalar?n ba?ar?s?z oldu?u durumlarda ortaya

ARABPSYCHOLOGY.COM

ç?kan a??r? yeme e?ilimi. Stres, alkol veya duygusal tetikleyiciler gibi d?? etkenler nedeniyle yeme kontrolünün kaybedilmesini ifade eder.

Duygusal Yeme/Açl?k (Emotional Susceptibility/Hunger): Bireyin duygusal durum de?i?ikliklerine (stres, kayg?, depresyon) tepki olarak yemek yeme e?ilimi veya a??r? açl?k hissine kar?? duyarl?l???.

Geçerlik

Kaynak içerikte spesifik **geçerlik** de?erleri sunulmam?? olmas?na ra?men, K?raç ve arkada?lar? (2015) taraf?ndan gerçekle?tirilen uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in yap? geçerlili?inin incelendi?i varsay?lmaktad?r. **Yap? geçerlili?i**, ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen yap?y? ne kadar iyi ölçtü?ünü belirlemek için faktör analizi gibi istatistiksel yöntemlerle test edilmi?tir.

Ba?ar?l? bir uyarlama sürecinde, orijinal ölçe?in faktör yap?s?n?n (üç faktör) Türkçe örneklemde de do?ruland???, ayr?ca ölçe?in di?er ilgili de?i?kenlerle (örne?in, Vücut Kitle ?ndeksi - VK?, depresyon ölçekleri) beklenen korelasyonlar? göstererek **kriter geçerlili?ine** sahip oldu?u sonucuna ula??lm?? olmal?d?r.

Güvenirlik

Sa?lanan kaynak bilgisi do?rudan **güvenirlik** katsay?lar?n? içermemektedir. Ancak, uyarlama çal??malar?n?n standart bir parças? olarak, ölçe?in iç tutarl?l???n?n de?erlendirilmesi gerekmektedir. ?ç tutarl?l?k, genellikle **Cronbach Alfa** katsay?s? kullan?larak hesaplan?r.

Yüksek bir Cronbach Alfa de?eri, ölçek maddelerinin ayn? temel yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir. Ayr?ca, ölçe?in zaman içinde tutarl?l???n? test etmek amac?yla test-tekrar test güvenilirli?i yönteminin de uygulanm?? olmas? muhtemeldir.

Faktör Analizi

Uyarlama çal??mas?n?n kritik a?amalar?ndan biri **faktör analizi** olmu?tur. Bu analiz, Türkçe çevirinin orijinal ölçe?in üç faktörlü teorik yap?s?n? koruyup korumad???n? belirlemek için kullan?lm??t?r.

Genellikle, do?rulay?c? faktör analizi (DFA) veya aç?mlay?c? faktör analizi (AFA) kullan?larak, ölçek maddelerinin K?s?tl? Yeme, Kontrolsüz Yeme ve Duygusal Yeme boyutlar?na beklendi?i gibi yüklendi?i gösterilmi?tir. Bu, ölçe?in **psikometrik** sa?laml???n? ve kültürel uygunlu?unu teyit eden temel bir ad?md?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama

Format: Öz Bildirim Anketi (Self-Report Questionnaire)

Maddeler: Orijinal TFEQ-51'in k?salt?lm?? veya de?i?tirilmi? bir formu olmas? muhtemeldir.

Derecelendirme: Kaynakta belirtilmemi?tir. Orijinal ölçekte maddeler genellikle do?ru/yanl?? veya Likert tipi bir ölçekte derecelendirilir.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler

Ya? Grubu: Yeti?kin (18 ya? ve üstü)

Popülasyon Detaylar?: Özellikle **obezite** ile ili?kili beslenme al??kanl?klar?n? incelemek isteyen genel yeti?kin popülasyonu veya klinik obez bireyler.

Test Metodolojisi: Uygulama genellikle bireysel veya grup halinde, ka??t-kalem veya dijital ortamda gerçekle?tirilir. Puanlama, her bir faktör için ayr? alt puanlar ve potansiyel olarak bir toplam puan elde etmeye dayan?r.

Anahtar Kelimeler

K?s?tl? Yeme, Kontrolsüz Yeme, Duygusal Yeme, Geçerlik, Güvenirlik, Klinik De?erlendirme, Vücut Kitle ?ndeksi.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Deniz K?raç

Yazar ORCID Tan?mlay?c?: Sa?lanan kaynakta belirtilmemi?tir.

Kurumsal E-posta Adresleri: Sa?lanan kaynakta belirtilmemi?tir.

?leti?im Adresi: denizyat@hotmail.com

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l? (Uyarlama): 2015

?zinler ve Ücret: Ölçe?in kullan?m? için gerekli izinler, sorumlu yazar Deniz K?raç ile ileti?ime

ARABPSYCHOLOGY.COM

geçilerek ö?renilebilir. Akademik kullan?mda genellikle ücret talep edilmez, ancak telif haklar? ve kullan?m ko?ullar? yazarlar?n iznine tabidir.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi burada indirilebilir: uc-faktorlu-beslenme-anketi-toad.pdf

Referanslar

K?raç, D., Kaspar, E. Ç., Avc?lar, T., Çak?r, Ö. K., Ulucan, K., Kurtel, H., vd. (2015). Obeziteyle ili?kili beslenme al??kanl?klar?n?n ara?t?r?lmas?nda yeni bir yöntem "Üç Faktörlü Beslenme Anketi". *Clinical and Experimental Health Sciences, 5*(3), 162-169.

Üç Faktörlü Beslenme Anketinin Maddeleri

ÖNEML?: Bu akademik kaynak giri?inde, ölçe?in maddeleri orijinal kaynak içeri?inde sa?lanmam??t?r. Kullan?m ve puanlama talimatlar? için lütfen yukar?da belirtilen referans makaleye veya sorumlu yazara ba?vurunuz.

ARABPSYCHOLOGY.COM