



**SALZBURG DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ  
TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

**AYŞENUR GÜLTEKİN  
1198210102**

**BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN: DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇİĞDEM BOZKIR**

**Tez No: 2022 / 130**

**2022-TEKİRDAĞ**

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ**  
**TEKİRDAĞ NAMIK KEMAL ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**SALZBURG DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ**  
**TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

**AYŞENUR GÜLTEKİN**  
**1198210102**

**BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI**  
**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN**  
**DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇİĞDEM BOZKIR**

**Tez No: 2022 / 130**

**2022-TEKİRDAĞ**

**KABUL VE ONAY**

Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem BOZKIR danışmanlığında yürütülmüş bu çalışma, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi

17 / 01/ 2022

Jüri Başkanı

Üye

Üye

Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Ayşenur GÜLTEKİN'in "Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması" başlıklı tezi 17/01/2022 günü saat 11:00'da Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca değerlendirilerek kabul edilmiştir.

Enstitü Müdür

## TEŞEKKÜR

Lisansüstü eğitimim ve tez çalışmam boyunca akademik bilgi ve tecrübeleri ile bana yol gösteren, öğreten, manevi desteğini ve sonsuz anlayışını benden esirgemeyen, her zaman olumlu bakış açısıyla beni cesaretlendiren, kendileri ile birlikte çalışmaktan onur duyduğum değerli tez danışman hocam sayın Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem BOZKIR' a,

Yüksek lisans eğitimim boyunca akademik bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım, eğitim hayatımda yer edinen, kendilerinden ders alabilme fırsatı elde ettiğim için gurur duyduğum sayın Prof. Dr. Türker BİLGİN'e, Prof. Dr. Mehmet ALPASLAN'a, Dr. Öğr. Üyesi Çağlar DOĞRUER'e, Dr. Öğr. Üyesi Nazan TOKATLI DEMİROK'a

Lisans eğitimim ve sonrasında bilgi ve tecrübelerini her zaman yanımda hissettiğim, çalışmalarımnda benden yardımını ve desteğini esirgemeyen,engin bilgilerinden yararlandığım hocam sayın Seda KAYA'ya,

Eğitim hayatım boyunca desteğini esirgemeyen, her türlü fedakârlıkta bulunan, hayatım boyunca bana her daim inanan, ümit veren değerli annem Habibe GÜLTEKİN, değerli babam Hüseyin GÜLTEKİN'e, kardeşlerim Hasan ve Halil GÜLTEKİN'e

Her zaman yanımdaymış gibi desteklerini hissettiğim kıymetli dostlarım Goncagül DEMİRCİ, Dyt. Hilal YILDIRIM, Dyt. Tuğba YILDIRIM ve tüm arkadaşlarıma,

En içten duygularıyla teşekkür ederim.

## ÖZET

**Gültekin, A. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Tekirdağ, 2022.**

Duygusal yeme, duygu durumlarına yanıt olarak ortaya çıkan yemek yeme eğilimi olarak adlandırılmaktadır. Duygusal yemenin temel kavramları, olası mekanizmaları ve bu alanda yapılan araştırmalardaki ilerlemeler psikometrik ölçeklerin iyileştirilmesini gerektirmektedir. Salzburg Emotional Eating Scale (SEES), olumlu ve olumsuz duyguları içermesinin yanında yeme miktarındaki değişimi incelemesi bakımından önemlidir. Bu tez çalışması kapsamında SEES'in Türkçeye geçerlik ve güvenilirliğinin sağlanması amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrencileri, akademisyen ve idari personeli oluşturmaktadır. Ölçeğin dil ve kapsam geçerliliği için KGİ skorları 0,83 ve üzerindedir. Ölçeğin açıklayıcı faktör analizi sonucu dört alt boyuta sahip olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin dört alt boyutu, toplam varyansın % 79,06'sını açıklamaktadır. Maddelerin faktör yükleri 0,393-0,931 arasında değişmektedir. Doğrulayıcı faktör analizinde, Bootstrap yöntemi ile  $\chi^2/sd$ , CFI, RMSEA değerlerinin sırasıyla 2,468; 0,967; 0,074 olduğu görülmektedir. CFI değerinin 0,96 olması ise bu modelin marjinal olarak iyi uyan bir modeli temsil ettiğini belirtmektedir. Cronbach  $\alpha$  ve McDonald's Omega iç tutarlılık katsayıları 0,913 - 0,943 arasında yer almaktadır. Değişmezlik analizinde alt boyutlar için elde edilen korelasyon katsayı değerleri 0,490-0,825 arasındadır. Paralel form analizinde SDYÖ' nün üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçekleri ile DEBQ duygusal yeme alt ölçeği arasında anlamlı korelasyon mevcuttur. Elde edilen sonuçlar SDYÖ' nün Türkçeye uyumlu geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymaktadır.

**Anahtar Kelime:** Duygusal Yeme, SDYÖ, Geçerlik, Güvenirlik

## ABSTRACT

**Gültekin, A. Salzburg Emotional Eating Scale Turkish Validity and Reliability Study, Tekirdağ Namık University, Institute of Health Science Department of Nutrition and Dietetic, Postgraduate Thesis, Tekirdağ, 2022.**

Emotional eating is the tendency to eat in response to emotions. The fundamental concepts of emotional eating, its possible mechanisms, and developments in research in this area require the development of psychometric scales. The Salzburg Emotional Eating Scale (SEES) is important in that it includes positive and negative emotions, as well as indicating the change in the amount of eating. The thesis study aims to establish the Turkish validity and reliability of SEES. The sample of the study consisted of participants who were Tekirdağ Namık Kemal University students, academicians and administrative staff. The language and content validity score of the scale (content validity index score) is  $> 0.83$ . The scale has four subscales as a result of explanatory factor analysis. The four subscales of the scale explain 79,06 % of the total variance. The factor loads of the scale items ranged from 0.393 to 0.931. As a result of the confirmatory factor analysis Bootstrap method, it is seen that  $\chi^2/sd$ , CFI, RMSEA values are respectively 2,468; 0,967; 0,074. The CFI value of 0.96 indicates that this model represents a marginally good-fit model. Cronbach  $\alpha$  and McDonald's Omega internal consistency coefficients are between 0,913 and 0,943. The correlation coefficients obtained for the subscales in the invariance analysis have been between 0,490 and 0,825. In parallel form analysis, a significant correlation is found between the sadness, anger, anxiety subscales of SEES and DEBQ emotional eating subscale. The results of the analysis proved that SEES is a valid and reliable scale compatible with Turkish.

**Keywords:** Emotional Eating, SEES, Validity, Reliability

**İÇİNDEKİLER**

KABUL VE ONAY	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	viii
SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ	xi
ŞEKİLLER DİZİNİ	xiii
TABLOLAR DİZİNİ	xiv
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Önemi ve Amacı	2
1.2. Araştırmanın Hipotezleri	3
2. GENEL BİLGİLER	4
2.1. Duygusal Yeme	4
2.2. Duygusal Yeme İlgili Teoriler	9
2.2.1. Psikosomatik Teori	9
2.2.2. Kısıtlama Teorisi	10
2.2.3. Schachter'in 'İç/Dış' Obezite Teorisi	11
2.2.4. Kaçış Teorisi	11
2.3. Duygusal Yemeyi Etkileyen Etmenler	12
2.4. Duygusal Yeme Mekanizmaları	13
2.4.1. Zayıf İçsel Farkındalık, Aleksitimi ve Duygu Düzensizliği	14
2.4.2. Ters HPA Eksenii	14
2.5. Duygusal Yeme ve Obezite	15
2.6. Duygusal Yeme ve Yeme Bozuklukları	17
2.7. Duygusal Yeme Davranışlarını Belirlemede Kullanılan Ölçekler	18
2.8. Ölçek Geliştirme	21
2.9. Ölçek Uyarlama	23
2.9.1. Çeviri	24
2.9.2. Geri Çeviri	25
2.9.3. Uzman / Hakem Görüşü	25

2.9.4. Ön Test Yapılması	26
2.9.5. Son Versiyon Eldesi ve Ölçeğin Uygulanması	26
2.9.6. Ölçeğin Güvenirlik ve Geçerliğinin Değerlendirilmesi	26
3. YÖNTEM	29
3.1. Araştırmanın Modeli	29
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	29
3.3. Araştırmanın Uygulanması	29
3.4. Veri Toplama Araçları	31
3.4.1. Demografik Bilgi Formu	31
3.4.2. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SEES)	31
3.4.3. Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği (DEBQ)	33
3.5. Verilerin Analizi	33
3.6. Verilerin Değerlendirme Yöntemleri	34
3.6.1. Psikolinguistik Yapıların İncelenmesi (Dil Uyarlaması / Dil Geçerliği)	34
3.6.2. Psikometrik Özelliklerin (Güvenirlik ve Geçerlik) İncelenmesi	37
4. BULGULAR	46
4.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Yönelik Bulgular	46
4.2. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Geçerlik Analizi Bulguları	52
4.2.1. Açıklayıcı Faktör Analizi Bulguları	53
4.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları	52
4.3. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Güvenirlik Analizi Bulguları	60
4.3.1. Değişmezlik Analizi Bulguları	60
4.3.2. İç Tutarlılık Analizi Bulguları	62
4.3.3. Paralel Form Analizi Bulguları	62
5. TARTIŞMA	65
5.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Yönelik Bulgularının Tartışılması	65
5.2. SDYÖ Geçerlik Analizi Bulgularının Tartışılması	68
5.3. SDYÖ Güvenirlik Analizi Bulgularının Tartışılması	72
6. SONUÇ ve ÖNERİLER	74
KAYNAKLAR	76
EKLER	93



EK 1 - SDYÖ Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması için Ölçeği Geliştiren Sorumlu Araştırmacıdan Alınan İzin Belgesi

EK 2 - Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan Alınan Uygunluk Onayı

EK 3 - Demografik Bilgi Formu

EK 4 - DEBQ Duygusal Yeme Alt Ölçeği

EK 5 - SDYÖ Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması Uzman Değerlendirme Formu

EK 6 - Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Formu



## SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

$\alpha$	Alpha
ADF	Asymptotically Distribution Free
AFA	Açıklayıcı Faktör Analizi
AGFI	Adjusted Goodness of Fit İndeks
AMOS	Analysis of Moment Structures
AN	Anoreksiya Nevroza
AN-BP	Aşırı yeme-Arınan Tip Anoreksiya Nevroza
AN-R	Kısıtlayıcı Anoreksiya Nevroza
BED	Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu
BN	Bulimia Nevroza
BKİ	Beden Kütle İndeksi
CFI	Comparative Fit İndeks
C.R.	Kritik Oran
DEBQ	Hollanda Yeme Davranışı Anketi
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
EES	Duygusal İştah Anketi
EMAQ	Duygusal Aşırı İştah Anketi
EOQ	Duygusal Aşırı Yeme Anketi
ERP	Elektrofizyolojik
GFI	Good Fit İndeks
GLS	Generalized Least Squares
HPA	Hipotalamik Pituitieradrenal
IFI	Incremental Fit İndeks
Kg	Kilogram

KGO	Kapsam Geçerlik İndeksi
KMO	Kaiser Meyer Olkin Testi
LISREL	Linear Structura Relations
m	Metre
ML	Maximum Likelihood
NFI	Normal Fit İndeks
PNEES	Olumlu ve Olumsuz Duygusal Yeme Ölçeği
r	Korelasyon Katsayısı
RFI	Relative Fit Index
RMR	Root Mean Square Residuals
q	Kısmi Korelasyon Katsayısı
RMSEA	Root Mean Square Error of Approximation
SDYÖ	Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği
SEES	Salzburg Emotional Eating Scale
SRMR	Standardized Root Mean Square Residuals
TFEQ	Üç Faktörlü Yeme Davranışı Anketi
TLI	Turker-Lewis İndeks
ULS	Unweighted Least Squares
$\omega$	McDonald's Omega Katsayısı
WHO	Dünya Sağlık Örgütü
$\chi^2$	Ki-Kare İstatistiği
$\chi^2/sd$	Ki-Kare /Serbestlik Derecesi

## ŞEKİLLER DİZİNİ

	Sayfa
2.8.1 Ölçek Geliştirme Aşamaları	23
2.9.6.1 Ölçek Uyarlama Çalışması İçin Temel Basamaklar	27
4.2.1.1 Yamaç Birikinti Grafiği (Scree-Plot)	54
4.2.2.1 SDYÖ için DFA Diyagramı	56



## TABLOLAR DİZİNİ

	Sayfa	
3.6.1.1	Davis Tekniğine Göre Kapsam Geçerliği Çalışması	36
3.6.2.1	Güvenirlik Analiz Yöntemleri	38
3.6.2.2	Cronbach $\alpha$ Katsayısı Analiz Yorumu	39
3.6.2.3	KMO Değeri ve Yorumlanması	42
3.6.2.4	Model Uyum İndeksleri ve Kabul Edilebilir Uyum Yorumu	45
4.1.1	Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Dağılımı (n =303)	47
4.1.2	Katılımcıların Sosyodemografik Değişkenlerine Göre BKİ Değerleri	48
4.1.3	Katılımcıların BKİ ve Yaş Değerlerinin SDYÖ Alt Ölçekleri ve DEBQ Duygusal Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon	49
4.1.4	Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine göre SDYÖ Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması	50
4.1.5	Katılımcıların Alışkanlıklarına göre SDYÖ Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması	51
4.1.6	Katılımcıların BKİ gruplarına göre SDYÖ Alt Boyutları ve DEBQ Duygusal Alt Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	52
4.2.1	KMO ve Bartlett'in Küresellik Testi Sonuçları	53
4.2.1.1	SDYÖ'nün Faktör Yapısının Değerlendirilmesi	55
4.2.2.1	AMOS Çok Değişkenli Basıklık Değeri	57
4.2.2.2	Bootstrap ve ML Analizleri Faktör Yükleme Standart Hataları	58

4.2.2.3	Bollen – Stine Bootstrap için Rapor Edilen p Değeri	59
4.2.2.4	SDYÖ' nün DFA Uyum İndeks Değerleri	60
4.3.1.1	SDYÖ Test-Tekrar Test Analizleri	61
4.3.1.2	SDYÖ Test-Tekrar Test Analizi Korelasyonları	61
4.3.2.1	SDYÖ ve SEES'in Alt Ölçeklerinin McDonald's $\omega$ , Cronbach $\alpha$ Güvenirlik Katsayıları	62
4.3.3.1	SDYÖ Alt Ölçekleri ve DEBQ Duygusal Alt Ölçeği Toplam Puan Paralel Form Analizi	63

## 1. GİRİŞ

İnsanın yeme davranışı bebeklikten okul çağına kadar hızla gelişmektedir. Yeme tutum ve davranışları genetik, hormonlar, çevre, sosyo-demografik özellikler, geçmiş deneyimler, kültürel ve dini inanışlar, medya, beden algısı, kişinin duyguları gibi birçok faktörden etkilenmektedir. Psikolojik açıdan incelendiğinde insanların günlük hayatta yaşadığı olaylar sonucu maruz kaldığı stres, can sıkıntısı, gerginlik, mutluluk, sevinç, heyecan gibi duygularla yeme davranışının yakından ilişkili olduğu görülmektedir (Gahagan, 2012) (Özkan ve diğ. 2018) (Zhang ve diğ. 2021). Kişilerin olumlu ve olumsuz duygu durumlarıyla ilişkili olan yeme davranışı 'Duygusal Yeme' olarak kavramsallaştırılmaktadır (Lazarevich ve diğ. 2015).

Duygusal yeme, yaşanan duygu durumlarına cevap olarak ortaya çıkan yeme davranışı eğilimi olarak belirtilmektedir (Serin ve diğ. 2018). Bireyin kişisel özelliklerine ve duygu durumuna göre değişebilen yeme davranışı ve duygular arasındaki ilişki, araştırmacıların her zaman ilgisini çekmektedir (Canetti ve diğ. 2002). Mevcut çalışmalar, duygu ile yeme davranışı arasındaki ilişkide, yeme davranışını insanların yaşadığı duygularla başa çıkmak için kullandıkları duygu düzenleme stratejisi olduğunu varsaymaktadır. Olumsuz duygular sonucunda tüketimi kolay besin tercihinin artması bu ilişkiye bağlanmaktadır (Evers ve diğ. 2010). Diğer taraftan olumlu duygular da besin tüketiminin artması ile ilişkilendirilebilmektedir (Evers ve diğ. 2018).

Duygusal yemeyi değerlendirmek amacıyla bir dizi ölçek geliştirilmiştir. Ölçekler, değerlendirilen duygu türlerine ve yemek yeme davranışına, yeme arzusu ve yeme miktarındaki artma/azalma ifadelerine göre farklılık göstermektedir (Reichenberger ve diğ. 2020). En sık kullanılan ölçeklerden biri, duyguların ve duyguyla ilgili durumların (örneğin can sıkıntısı vb.) yemek yeme arzusu üzerindeki etkisini ölçen Hollanda Yeme Davranışı Anketi (DEBQ)'dir (TatjanaVan Strien ve diğ. 1986). Üç Faktörlü Yeme Anketi, 'disinhibisyon' alt ölçeğinde duygusal yeme öğelerini kullanmaktadır (Stunkard ve Messick, 1985). Bu konuyla ilgili diğer ölçekler, Duygusal Yeme Ölçeği, Duygusal Aşırı Yeme Anketi, Duygusal İştah

Anketi ve Pozitif-Negatif Duygusal Yeme Ölçeği' dir (Arnou ve diğ. 1995)(Masheb ve Grilo, 2006)(Geliebter ve Aversa, 2003) (Sultson ve diğ. 2017).

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Meule, Reichenberger ve Blecher (2018) tarafından Avusturya'nın Salzburg eyaletinde geliştirilmiş bir ölçektir. Bu çalışmada kullanılan Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SEES), duygular ve yeme arasındaki ilişkiyi tam olarak temsil etmek için olumlu ve olumsuz temel duyguların hem aşırı hem de yetersiz yeme üzerindeki etkilerini haritalayarak duygusal yeme kavramını genişletmektedir. Mutluluk, üzüntü, öfke ve kaygı alt faktörlerine sahip olan ölçek bu duyguların besin alımı üzerindeki artan veya azalan etkilerini değerlendirmektedir (Meule ve diğ. 2018).

### **1.1. Araştırmanın Önemi ve Amacı**

Duygusal yemenin temel kavramları, olası mekanizmaları ve klinik araştırmalardaki ilerlemeler psikometrik ölçeklerin devamlı iyileştirilmesi gerekliliğini göstermektedir. Meule ve diğ. (2018) bu ifadeyi destekleyecek şekilde duygusal yeme teriminin geleneksel tanımında, tüm muhtemel olumlu ve olumsuz duygu durumlarına yer verilmesi ve bu duygu durumlarına yanıtların besin alımındaki değişikliklerle ilişkilendirilmesi gerektiğini belirtmektedir. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği, çok yönlü duygusal yeme değerlendirmesi sunarak, yalnızca psikometrik alanda değil, deneysel araştırmalarda da kullanılabileceğini, duygusal yeme mekanizmaları ve klinik araştırmalar için de heyecan verici yeni yollar açabileceğini vurgulamaktadır. Belirli duyguları detaylandırması ve duygulara bağlı olarak aşırı ve yetersiz yemeyi ayırt edebilecek şekilde önceki ölçeklerin genişletilmiş hali olması ile 'Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SEES)' önemli olduğu bildirilmektedir (Meule ve diğ. 2018). Bu faktörler göz önüne alındığında Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmasının ülkemizde duygusal yeme ile ilişkilendirilen araştırmalarda kullanılabilmesi için önemli olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle araştırma ile Avusturya'nın Salzburg bölgesinde Meule, Reichenberger ve Blecher (2018) tarafından geliştirilen SEES'nin Türkçe geçerlik ve güvenilirliğinin yapılarak psikometrik özelliklerinin belirlenmesi ve Türkçe uyarlanması amaçlanmaktadır.



## 1.2. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın amaçları doğrultusunda test edilecek hipotezler aşağıda belirtilmektedir.

**Hipotez 1** = Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe formu geçerlidir.

**Hipotez 2** = Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe formu geçerli değildir.

**Hipotez 3** = Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe formu güvenirdir.

**Hipotez 4** = Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe formu güvenilir değildir.

**Hipotez 5** = Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe formu, orijinal formuna uygun 4 alt ölçekli yapıya sahiptir.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Duygusal Yeme

Duyguların yeme davranışını neden, nasıl etkilediğini ve kimlerde bu etkinin söz konusu olduğunu detaylandırmadan önce, duygu kavramını ve duyguların ilgili yapılardan nasıl farklılaştığını tanımlamak önemlidir (Evers ve diğ. 2018). Duygu, aniden ortaya çıkan ve kısa süren, içerisinde kişisel his, ifade ve fizyolojik durumları barındıran terim olarak ifade edilmektedir. Mutluluk, kızgınlık, üzüntü ile örneklendirilmektedir. Duygu durumu ise daha yaygın bir süreçtir ve uzun dönem boyunca varlığını sürdürmektedir. Depresyon ve öfori bu duruma örnek verilebilir (Gross, 1998).

Duygusal yeme, bireyde farklı duygulara yanıt olarak yemek yeme dürtüsü uyandıran yeme bozukluğu olarak tanımlanabilmekte ve kişinin açlık hissetmesi nedeniyle değil duygu durumu değişikliğinden dolayı yeme eğiliminde olduğu belirtilmektedir (De Lauzon ve diğ. 2004) (Rotella ve diğ. 2018). Bu tanımlı destekleyecek şekilde Sevinçer ve diğ. (2013) duygusal yemeyi, öğün zamanı geldiği ve açlık hissettiği veya sosyal gereklilik olduğu için değil sadece duygu değişimine cevaben ortaya çıktığı varsayılan yeme davranışı olarak tanımlamaktadır (Sevincer ve Konuk, 2013). Chesler (2012) ise, olumsuz his ve duyguların neden olduğu yeme kontrolünün kaybıyla sonuçlanan bilinçli veya refleksif yapılan davranışları duygusal yeme olarak tanımlamaktadır (Chesler, 2012). Yüksek duygusal yeme skoruna sahip kişilerin öz kontrol ve dürtülerle ilgili beyin bölgelerinde, farklı nöral aktivite göstermesi bu tanımlı desteklemektedir (Wood ve diğ. 2016).

Duygusal yeme, genellikle negatif duygularla (anksiyete, öfke, depresyon vb.) baş edebilmek amacıyla aşırı yeme durumu olarak da ifade edilebilmektedir (Arnou ve diğ. 1996). Bu evrede birey olumsuz duyguları hissetmekten ve ifade etmekten bir kaçış yolu olarak yemek yemektedir. Bu davranışla birlikte birey, kendini daha iyi hissettiğini ve yeme davranışının olumsuz duygulardan uzaklaşmasına yardımcı olduğunu düşünmektedir (Bekker ve diğ. 2004).

Olumsuz duygulara karşı beyin frontal bölgesinde elektrofizyolojik (ERP) yanıt pozitifliğinin artması besinlerin olumsuz duyguyu düzenlemede araç olabileceği düşüncesini ortaya çıkarmıştır (Blechert ve diğ. 2014). Bireylerde normal koşullarda öfke, korku ve anksiyete gibi olumsuz duygu durumlarında iştah azalması gerçekleşirken, bazı kişilerde yanıtın aşırı yemek yeme ile sonuçlanması bu çıkarımı desteklemektedir (Van Strien ve diğ. 1986). Olumsuz duygulara karşı verilen bu cevap kişinin içinde bulunduğu ağırlık sınıflandırmasına göre değişebilmektedir. Nitekim olumsuz duygular zayıf bireylerde daha az yemeye sebep olabilirken, şişman bireylerde daha fazla yemeye neden olabilmektedir. Olumlu duyguların da zayıf bireylerde daha fazla yemek yemeye neden olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Geliebter ve Aversa, 2003) .

Olumsuz duyguların kişide oluşturduğu fizyolojik değişiklik ve bunun yeme davranışı üzerindeki etkisine bakıldığında obez veya normal ağırlıktaki 20 yetişkin ile yapılan bir çalışmada stres kaynaklı olumsuz duygu durumunda gastrik kanal geçişlerinde farklılık olduğu ifade edilmiştir (Wing ve diğ. 1990). Başka bir çalışmada bu etkiye ek olarak stres durumuna eşlik eden kaygı, depresyon, huzursuzluk, kızgınlık gibi durumlarda bireyde kan basıncının düşmesi, kan akış hızının yavaşlaması, iştahı baskılayan nöradrenalin ve kortikotropin salgılatıcı hormonların uyarılması gibi fizyolojik değişiklikler meydana geldiği gösterilmiştir. Olumsuz duygu durumlarının akut ve kronik olarak meydana gelmesi, bu fizyolojik değişikliklerde farklı etkilere sebep olmaktadır. Katekolaminlerin (adrenalin ve noradrenalin) salınımı ile sempatik adrenal medüller sistemin aktivasyonu, akut stres dönemlerinde tipiktir. Kortikosteroidlerin (kortizol) salınımı ile HPA ekseninin hiperaktivasyonu, kronik olarak stresli bireylerle ilişkilendirilmiştir (Torres ve Nowson, 2007).

Stres ve stres kaynaklı kaygı durumuna maruz bırakılan hayvan deneyleri incelendiğinde hipotalamik serotonin seviyelerinin azaldığı ve cinsiyet ayrımı olmaksızın şekerli gıda tüketiminin arttığı görülmektedir (De Lima ve diğ. 2020). Serotonin konusundaki insan çalışmalarında ise depresif semptomların, serotonin seviyesini azalttığı ve triptofan açısından zengin bir diyetin depresyona karşı koruyucu etkileri olduğu gösterilmiştir (Reuter ve diğ. 2021). Stres ve stres kaynaklı

kaygı durumlarının söz konusu olduğu hayvanlar üzerinde yapılan bir çalışmada batı tarzı (yüksek yağ ve şeker içeren) diyete karşı hassasiyetin ve adipoz dokunun arttığı, plazmadaki leptin miktarının ve leptin üretiminin azaldığı görülmektedir (Yam ve diğ. 2017). Leptin miktarı arttıkça bireylerin kendilerini daha mutlu hissettikleri ve yemek yeme eğiliminde daha az bulunduğu ifade edilmektedir (Licinio ve diğ. 2014). Belirtilen çalışmaların aksine artan leptin seviyeleri, duygusal yeme ile pozitif ilişki de gösterebilmektedir (Cassioli ve diğ. 2020). Olumsuz duygu durumlarının gıda alımı ile ilişkili olarak leptin seviyelerinde herhangi bir değişikliğe sebep olmaması ise bu konuda daha fazla çalışma yapılmasının gerekliliğini göstermektedir (Aguiar Bloemer ve diğ. 2021).

Duygusal yeme davranışında bulunanların genellikle olumsuz duygulara yanıt olarak yemek yediği varsayılırken, olumlu duygular büyük ölçüde ihmal edilmektedir. Macht ve diğ. (2004) yapmış olduğu bir çalışmada pozitif duygu durumlarının (rahatlama ve sevinç) yemek yeme üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir (Michael Macht ve diğ. 2004). Bu konu ile ilgili yapılan farklı çalışmalar incelendiğinde, olumlu ruh hali durumlarında duygusal yiyecekler duygusal yiyici olmayanlara göre daha fazla yemek yeme eğiliminde olduğu görülmektedir. Ayrıca tüketilen gıda miktarı ve olumlu ruh halinin oluşması arasında pozitif ilişki olduğu da belirtilmiştir (Bongers, Jansen, Havermans ve diğ. 2013) (Bongers, Jansen, Houben ve diğ. 2013).

Macht (1999) yaptığı bir çalışmada öfke, korku, üzüntü ve neşe duygularının farklı etkileri incelediğinde katılımcıların neşe ve öfke duyguları sırasında üzüntü duygusu esnasında hissedilen açlıktan daha yüksek seviyede açlık hissettiklerini gözlemlemektedir. Öfke sırasında ortaya çıkan dürtüsel yeme davranışında (bir yiyecek türü karşısında hızlı, dikkatsiz ve düzensiz yeme), sevinç durumunda ise hedonik yeme davranışında (haz amacıyla besin tüketme durumu) artış olduğunu belirtmektedir. Ayrıca duyguların yemek yeme üzerindeki bu farklı etkilerini, incelenen duyguların kişide ortaya çıkma sıklığı, bireyin fizyolojik bağıntıları ve motivasyonel özelliklerindeki farklılıklardan kaynaklanabileceğini ifade etmektedir (Macht,1999).

Duygusal yeme ilk başlarda obeziteyi açıklama girişimi olarak ortaya çıkmaktadır ve obez insanlarda duyguların yeme davranışı üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Bu çıkış noktasından sonra yapılan çalışmalar obez insanlar üzerinden devam etmiştir (Ganley, 1989). Örneğin, Sims ve diğ. (2008) algılanan stresin, hafif kilolu ve obez katılımcılardan oluşan bir alt örnekleme, normal kilolu katılımcılardan oluşan genel örnekleme göre daha yüksek oranda duygusal yeme skorlarına sahip olduğunu bulmuştur (Sims ve diğ. 2008). Bu bilgiye ek olarak duygusal yeme, bulimik hastaların aşırı yemelerini tetikleyen bir faktör olarak da anılmış ve tikanırcasına yeme sendromuna sahip kişilerde yaşanan yeme krizlerinin duygusal yeme ile ilişkisi olabileceği belirtilmiştir (Sevincer ve Konuk, 2013). Duygusal yeme, yeme bozuklukları ve obezite ile sık ilişkilendirilmesine rağmen beden kütle indeksi (BKİ) normal değer aralığında olan bireylerde de olumsuz duygu durumlarının artan besin alımı ile ilişkisi olduğu ifade edilmiştir (T. Van Strien ve diğ. 2013). Diğer taraftan sağlıklı bireylerde de olumsuz duygu durumunun besin alımını artırması duygusal yemenin sağlıklı bireyleri de etkileyebileceğini göstermiştir (Cardi ve diğ. 2015).

Duyguların yeme durumu ile ilişkisi genel olarak yeme isteği, bireylerin besinlere karşı oluşturduğu tepki, bireyin besin tercihleri, çiğneme ve yenilen besin miktarı olmak üzere beş farklı faktörü etkilemesiyle açıklanabilmektedir (Michael Macht, 2008). Çiğneme davranışı üzerinde durulduğunda, bu davranışın uzun sürdürülmesi ile ilgili verilen farkındalık eğitimi sonucu vücut ağırlığında, yeme isteğinde ve duygusal yemede bir azalma olduğu gösterilmiştir (Schnepper ve diğ. 2019). Besin tercihleri konusunda ise örneğin anksiyete ve depresyon semptom skorları yüksek olan bireylerde şeker tüketiminin arttığı ifade edilmiştir. Özellikle erkek bireylerde depresyon semptomları arttıkça daha fazla yağlı gıdalar ve daha az meyve ve sebze tüketimi olduğu görülmüştür (Keck ve diğ. 2020). Kottinen ve diğ. (2014) yapmış olduğu çalışmada yüksek depresif semptom skoruna sahip bireylerin duygusal yeme ile ilişkili olarak enerji yoğunluğu yüksek gıda tüketimi davranışında daha fazla bulunduğu gösterilmiştir (Kontinen ve diğ. 2014). Stres gibi olumsuz duygu durumunda daha çok protein oranı düşük, tatlı ve yüksek yağ içeriğine sahip yiyeceklerin tüketildiği ve aynı şekilde depresif semptomlara sahip bireylerde de yüksek yağlı yiyeceklerin tüketildiği görülmüştür (Leigh Gibson, 2006). Nitekim

12.110 çalışan yetişkin kişi ile yapılan kesitsel çalışmada algılanan stresin, daha yüksek yağlı diyet tüketimi ile ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Ng ve Jeffery, 2003).

Çin'in Hunan kentinde üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada depresif semptomlarla ilişkili olarak yüksek duygusal yeme skorlarına sahip bireylerin enerji yoğunluğu yüksek ve yağlı besinler tükettiği ve bu duygusal yeme davranışı ile laringofarengeal reflünün ilişkili olduğu bildirilmiştir (Liu ve diğ. 2020). Diğer yandan 1326 ikiz yetişkin ile yürütülen çalışmada duygusal yeme ve tatlı, tuzlu, yağlı gıda tüketimi arasındaki ilişkide genetik faktörlerin de rol oynayabileceğine dikkat çekilmektedir (Keskitalo ve diğ. 2008).

Nogay'ın (2017) adolesanlarla yapmış olduğu çalışmada yüksek duygusal yeme skorları ile BKİ değerlerinin pozitif korelasyon gösterdiği belirtilmektedir (Nogay, 2017). Trier Sosyal Stres Testi ile stres ortamı oluşturulup bireylerin duygusal yeme düzeylerinin belirlendiği, gıda alım miktarları ve vücut antropometrik ölçümlerinin yapıldığı çalışmada duygusal yeme davranışı gösteren bireylerin vücut yağ yüzdelerinin yüksek olduğu bulunmuştur (Raspopow ve diğ. 2014). Bilici ve diğ. (2020) yapmış olduğu bir diğer çalışmada 19-64 yaş aralığında bulunan bireylerde kullanılan duygusal yeme ölçeğinde özellikle olumsuz duygu ve durumları ile BKİ arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Bilici ve diğ. 2020). Strien ve diğ. (2012) yapmış olduğu prospektif izleme çalışmasında duygusal yemenin aşırı yeme ile ilişkisine vurgu yaparak bu yeme davranışının kişinin ağırlık kazanımı ile güçlü ilişkisi olduğunu vurgulamaktadır (Tatjana van Strien ve diğ. 2012). 7 ile 18 yaş aralığında bulunan kişilere yapılan çalışmada yüksek vücut ağırlığına sahip bireylerde duygusal yeme skorlarının da yüksek olduğu bildirilmiştir (Braet ve diğ. 2008). Üç Faktörlü Yeme Davranışı (TFEQ) anketi ile yapılan ölçümde duygusal yeme ile beden kitle indeksinin pozitif korelasyon gösterdiği belirtilmiştir (Gallant ve diğ. 2010). Bu çalışmalar göz önüne alındığında duygusal yeme ve vücut ağırlığı arasındaki ilişki bu yeme davranışı üzerinde durulması gerektiğini göstermektedir (Lazarevich ve diğ. 2016).

Bu doğrultuda duygu düzenleme becerisinin duygusal yeme ile ilişkisini ifade etmek gerekmektedir. Örneğin Isasi ve diğ. (2013) yapmış olduğu çalışmada duygu düzenleme öz yetersizliği bulunan adolesanların daha yüksek depresif semptom

skorlarına sahip olduğunu ve bunun duygusal yemeye bağlı olarak daha çok sağlıksız gıda tüketimini arttırdığı görülmektedir (Isasi ve diğ. 2013). Olumsuz duygularda kişinin kendini izole etmek, bu duyguları bastırmak amacıyla yeme davranışında bulunması, duygu düzenleme becerisindeki yetersizlik sonucu gelişebilmektedir (Prefit ve diğ. 2019).

## **2.2. Duygusal Yeme İlgili Teoriler**

Duygular ve yemek yemenin birbiriyle ilişkili olduğu varsayımının kökenleri obezite literatürüne dayanmaktadır. Bu nedenle, daha önceki teoriler obez bireylerde aşırı yemeye odaklanırken, son zamanlardaki teoriler daha çok normal BKİ grubunun oluşturduğu popülasyonda yeme davranışını açıklamayı amaçlamaktadır (Canetti ve diğ. 2002).

### **2.2.1. Psikosomatik Teori**

Duygusal yeme teorileri, zayıf iç algısal farkındalığın, açlık ve tokluk sinyallerini tanıyamama ve bunları diğer bedensel duyumlardan ayırt edememe ile ilgili olduğunu ve duygusal uyarılma gibi duyumlara yanıt olarak yemeyle sonuçlandığını öne süren psikosomatik teoriyi içermektedir (McAtamney ve diğ. 2021).

### **Kaplan Psikosomatik Obezite Teorisi**

Kaplan ve Kaplan (1957) açlık ve duygular arasında ilişki kurarken duygusal uyarıların kişinin beslenme davranışını etkileyebileceğinden bahsetmektedir. Kişi eğer geçmişte korku, yalnızlık, değersizlik gibi üzücü duyguları açlık duyguları ile ilişkilendirmişse bu durumları yaşadığında aç hissetme durumu ile karşılaşabilmektedir. Örneğin bir bebeğin açlık durumunda ağlaması annesi tarafından önemsenmez ve bebekte terk edilme, kaygı gibi durumları çağrıştırmasına sebep olursa birey sonraki yaşamında bu duygular ile karşılaştığında bu durumu açlık hissiyatı ile bağdaştırabilmektedir. Bu kişiler, kaygıya ve açlığa tepki olarak yemek yemeyi öğrendikleri için açlık ve kaygı arasında ayırım yapamamaktadır. Bu nedenle, kaygıyı azaltmak için yemek yemenin, kontrolsüz irade ile aşırı yeme ve obeziteye sebep olabileceği ifade edilmektedir (Kaplan ve Kaplan, 1957).

### **Bruch Teorisi**

Bruch (1973) ise teorisinde obez insanlarda, beslenme ve diğer bedensel ihtiyaçların karşılandığı deneyimsel ve kişilerarası süreçte bir şeylerin yanlış gittiğini ve bu durumun kişilerde hatalı açlık farkındalığına sebep olduğunu ileri sürmektedir. Yaşanan bu deneyimlerin, açlık ile tokluk hissini tanımaya ve bu hislerin olumsuz duygu durumlarından ayırt edilmesine engel olduğunu belirtilmektedir. Bireyler, kendi iç farkındalıklarını doğru şekilde programlayamadığı için hangi zamanda ve miktarda yiyeceğini öğrenmek için dışarıdan gelen uyarılara ihtiyaç duymaktadır. Bu nedenle, bu teoriye göre, kişi olumsuz hisler ve duygulara tepki olarak aşırı yemek yemektedir. Bu davranış ise kişide obeziteye sebep olmaktadır (Akt.Canetti ve diğ. 2002).

### **2.2.2. Kısıtlama Teorisi**

Kısıtlama hipotezi ilk olarak Herman ve Mack adında iki bilim insanı tarafından 1975 yılında ortaya atılmış ve daha sonra Herman ve Polivy (1980) tarafından geliştirilmiştir (Canetti ve diğ. 2002). Herman ve Polivy Kısıtlama Teorisi'nde yeme davranışının, yemek yeme arzusu ve buna direnme çabası (kısıtlama) arasındaki denge ilişkisinden etkilendiğini belirtmektedir. Polivy ve Herman' a göre bilişsel olarak diyetin kısıtlanması ve bu yeme davranışının benimsenmesi aşırı yemeye neden olmaktadır. Bunun sonucunda birey aşırı gıda alımına giderek tıkanırcasına yeme davranışını geliştirebilmektedir. Kısıtlama Teorisi, kişilerin normal koşullar altında bilişsel olarak yemek yemelerini kontrol ettikleri evrede disforik bir durum deneyimlediklerinde kontrolden çıkarak normalden daha fazla yeme davranışı sergilemesini bu durumun tetiklediği tablo olarak görmektedir. Bu kişiler ayrıca sürekli olarak yedikleri konusunda endişelenirler ve kilo artışının önüne geçmek için yiyecek alımlarını kronik olarak kısıtlarlar (Polivy ve Herman, 1985) (Ouwens ve diğ. 2003). Kısıtlama teorisi ile ilişkili olarak duygular, diyet uygulayan bireylerin gıda alımını kısıtlamaları konusunda öz kontrolü zayıflatabilmektedir. Diyet uygulayan bireyler, olumsuz duygu durumu karşısında uygulamayanlara oranla daha fazla gıda tüketmektedir. Duygusal yeme; diyet-duygusal yeme-kilo kazanımı zincirinde aracı mekanizma olarak yer alabilmektedir. Diyetin bir stres faktörü olabileceği ve duygusal yeme



aracılığı ile kilo kazanımına neden olabileceği ifade edilmiştir (Tatjana Van Strien ve diğ. 2020).

### 2.2.3. Schachter'in 'İç/Dış' Obezite Teorisi

Schachter (1968) mide kasılması gibi fizyolojik semptomların “açlık” olarak tanımlanmasının sonradan öğrenilmiş bir durum olduğunu ifade etmektedir. Normal kilolu bireylerin mide kasılmalarını açlık olarak etiketlemeyi öğrendiklerini, obez bireylerin ise bu etiketlemeyi öğrenemediklerini belirtmektedir. Bu nedenle korku ve kaygının fizyolojik etkileri normal kilolu insanlarda besin tüketimini baskılamasına neden olurken, içsel ipuçlarına duyarsızlıklarından dolayı obez insanların tüketimini etkilemeyebilmektedir. Başka bir ifade ile stresli durum sırasında mide kasılmalarının azalması normal kilolu bireylerin yemek yemelerini azaltırken, böyle bir durum obezlerin yeme davranışlarını etkilememektedir. İç fizyolojik ipuçlarının yetersiz algılanması sebebi ile obez insanlar hem yemeyi başlatmak hem de yemeyi durdurmak için dış ipuçlarına ihtiyaç duymaktadır (Schachter ve diğ. 1968).

### 2.2.4. Kaçış Teorisi

Kaçış teorisi ise öz farkındalıktan kaçma yolu olarak kişinin yemek yemeye eğilimini ifade etmektedir. Bu şekilde aşırı yeme eğilimi gösteren kişinin yüksek standart ve beklentilerden muzdarip olduğu görülmektedir. Birey bu standartları ve beklentileri karşılayamadığında kendine dair uygun olmayan görüşlerde bulunmakta ve başkaları tarafından nasıl algılandığına dair endişe duymaktadır. Bu duruma genellikle kaygı ve depresyon eşlik etmektedir. Dikkatini belirgin dış uyaranlara yoğunlaştırarak, aşırı yemeye neden olacak mevcut duygu durumundan kaçmaya çalışmaktadır (Heatherton ve Baumeister, 1991) (Spoon ve diğ. 2007).

Mevcut bilgiler doğrultusunda, duygusal yemenin arkasında birçok teorinin var olduğu görülmektedir. Kişinin beslenmeyi bir duygu durumu ile ilişkilendirmesi, açlık tanımlamasındaki farklılıklar, içinde bulunan olumsuz durumdan kaçma, bilinçli yeme kısıtlamasının sebep olduğu kontrolü kaybetme gibi nedenlerden dolayı yemek yeme eğiliminde bulunması duygusal yeme ile ilişkilendirilmektedir (McAtamney ve diğ. 2021).

### 2.3. Duygusal Yemeyi Etkileyen Etmenler

Duygusal yeme ile ilgili yapılan farklı çalışmalar uyku, egzersiz alışkanlığı ve BKİ değerlerinin duygusal yeme davranışına etkilerini rapor etmektedir. Banka çalışanlarında yürütülen bir çalışmada duygusal yeme davranışı ile BKİ değerleri arasında; uyku süresi az olan kadınlarda pozitif ve anlamlı yönde bir ilişki olduğu, uyku süresi normal olarak değerlendirilen kadınlarda ve erkeklerde ise anlamlı bir ilişki bulunmadığı ifade edilmektedir. Ek olarak, egzersiz yapan erkeklerin düşük duygusal yeme skorlarına sahip oldukları belirtilmektedir (Tatjana Van Strien ve Koenders, 2014). Diğer bir çalışmada, uyku süresinin azalması; sağlıksız gıdalara karşı verilen nöronal tepki ve beynin ödüllendirici aktivitesi artışıyla ilişkilendirilmiştir (St-Onge ve diğ. 2014).

Uyku süresindeki azalmanın, stres gibi olumsuz duygu durumunu yaşamaya yol açtığı ve olumsuz duygu durumlarında daha yüksek duygusal yeme skorları ile ilişkili olarak enerji yoğunluğu yüksek ve sağlıksız gıda tüketimine neden olduğu belirtilmektedir (Konttinen, 2020). 25 ile 74 yaş aralığında bulunan kişilerle 2007-2014 yılları arasında yapılan 7 yıllık prospektif bir çalışmada ise, depresyonun kilo kazanımı ile ilişkisinde duygusal yemenin aracılık ettiği görülmektedir. Gece uykusu kısa aralıktaki olanlarda duygusal yeme skorunun, daha yüksek olduğu ve bu durumun BKİ ve bel çevresi artışına neden olduğu ön görülmektedir. Bu çalışmada obezitenin gelişmesi ve depresyon semptomları arasındaki ilişkide aracı olarak duygusal yeme davranışının belirtilmesi önemli bir noktanın altını çizmektedir (Konttinen ve diğ. 2019). Başka bir çalışmada kısa süreli uyku, daha fazla gıda tüketimiyle ilişkilendirilmiş ve bu eğilimdeki bireylerin duygusal yeme skorlarının yüksek olduğu belirtilmiştir (Dweck ve diğ. 2014).

Ebeveynlerle yapılan beş yıllık bir izlem çalışmasında, babaların aksine annelerde duygusal yeme, depresyon belirtilerinden bağımsız olarak kilo kazanımı ile ilişkilendirilmiştir. Ek olarak depresyon semptomları ile BKİ artışında dolaylı olarak duygusal yemenin rol oynayabileceği belirtilmektedir. Duygusal yemenin, depresif duygular ve gelecekte ağırlık kazanımı potansiyeline aracılık etkisinin, genetik yatkınlıkla ilişkili olabileceği ifade edilmiş ancak bu ilişkide anlamlılık saptanmamıştır (Tatjana van Strien ve diğ. 2016). Konttinen (2020)

genetik ile duygusal yeme ilişkisinin bireyler arasında farklılık göstermesinin enerji yoğunluğu yüksek ve sağlıksız gıdaların ucuz olduğu; bu gıdaların sürekli olarak temin edilebildiği ve yoğun bir şekilde teşvik edildiği çevreye maruziyet farklılığından kaynaklandığını savunmaktadır. Ayrıca egzersizin depresif semptomlar ile baş edebilmeyi kolaylaştırması sebebiyle düşük duygusal yeme skorları ile ilişkilendirilebileceğini ifade etmektedir (Kontinen, 2020). Bu konuyla ilgili İsviçre’de yapılan bir çalışma fiziksel aktivitenin, duygusal yeme etkilerini hafifleterek duygusal yeme ve BKİ arasında düzenleyici bir rol üstlenebileceğini vurgulamaktadır (Dohle ve diğ. 2014).

Duygusal yemenin aracı olarak görev yaptığı depresyon ile kilo kazanımı arasındaki ilişkide, cinsiyet farklılıklarına göre besin seçimleri çeşitlilik göstermektedir. Örneğin Keck ve diğ. (2020) 225 lisans öğrencisi ile yapmış olduğu çalışmada, kişilerin bildirdiği depresyon semptomları arttıkça erkek bireylerin daha çok doymuş yağ, daha az sebze ve meyve tükettiği görülmektedir (Keck ve diğ. 2020). Bildirilen çalışma bulgusunun aksine Türkiye’deki adolesanlarda yapılan çalışmada kızların erkeklere oranla duygusal yeme davranışlarına daha fazla eğilimli olduğu görülmektedir (Sanlier ve Dilek Ogretir, 2008).

Çalışmalar incelendiğinde duygusal yemenin cinsiyet, uyku süresi ve egzersiz yapma alışkanlığına göre farklılık göstereceği ve bu yol ile tüketilen besinlerin etkilenebileceği tespit edilmiştir. Duygusal yeme değerlendirmelerinde bu faktörlerin göz önünde bulundurulması büyük önem taşımaktadır (Kontinen, 2020) (Annesi, 2021).

#### **2.4. Duygusal Yeme Mekanizmaları**

Duygusal yeme, diyetten bağımsız olarak açlık ve tokluk durumları ile duygular arasındaki ilişkide ortaya çıkan karışıklık sonucu meydana gelmektedir. Bu durumun nedeni olarak zayıf içsel farkındalığının oluşması görülmektedir. Duygusal yeme davranışının aleksitimili (duyguları ifade edememe, tanımlayamama) veya zayıf duygu düzenleme yeteneğine sahip bireylerde oluşabileceği belirtilmektedir. Ek olarak, duygusal yeme, HPA (hipotalamik pituiteradrenal) ekseninin artan strese tepkisi (strese karşı yüksek kortizol yerine körelmiş yanıt) ile ilişkilendirilmiştir

(Tatjana Van Strien, 2018). Çalışmanın devamında bu konular üzerinde durulmaktadır.

#### **2.4.1. Zayıf İçsel Farkındalık, Aleksitimi ve Duygu Düzensizliği**

Psikolojik ve duygusal gelişimi bozan ebeveyn davranışlarının olası bir sonucu olarak bireyde duygusal yeme gelişebilmektedir. Bu davranışlar sonucu birey zayıf içsel farkındalık veya aleksitimi geliştirebilmektedir. Bu tablonun sonucunda birey açlık tokluk duygularını algılamada, kendini ifade etmede ve duygularını düzenlemede zorluk yaşamaktadır. Nitekim 428 Hollandalı ailede yapılan çalışmada, daha yüksek anne desteği alan genç bireyler daha düşük duygusal yeme skorları ile ilişkilendirilirken, düşük anne desteği yüksek duygusal yeme skorları ile ilişkilendirilmiştir. Bunun yanı sıra özellikle psikolojik yönden kontrol edici olarak algılanan anne ebeveynlik davranış tarzı, daha yüksek duygusal yeme seviyeleriyle ilişkili olduğu belirtilmiştir (Snoek ve diğ. 2007). Aleksitimi ve aşırı yeme arasında duygusal yemenin aracı olduğu belirtilen çalışmada aleksitimi ile duygusal yemenin pozitif ilişkili olduğu görülmüştür (Tatjana Van Strien ve Ouwens, 2007). Diğer bir çalışmada aleksitimi ile BKİ arasındaki ilişkide duygusal yemenin rol oynadığı ifade edilmektedir (Pink ve diğ. 2019).

#### **2.4.2. Ters HPA Ekseni**

Stresin depresyon durumu geliştirmesi göz önüne alındığında, stres tepkisinin kendisi, anksiyete düzeylerinde değişikliklere, bilişsel ve duygusal esneklik kaybına, hipotalamik-hipofiz-adrenal (HPA) ekseni ve otonom sinir sisteminin aktivasyonuna yol açmaktadır. Depresyon heterojen bir hastalık olduğu için, melankolik ve atipik depresyon olmak üzere iki tanısal alt tipi bulunmaktadır. Melankoli depresyonda, stres tepkisi olarak hiperaktif bir durum söz konusudur ve hastalar endişeli, gelecekte korkmakta, çevreye karşı duyarlılığını yitirmekte, uykusuzluk çekmekte ve iştahlarını kaybetmektedir. Melankolinin aksine, atipik depresyonda HPA aşağı yönde regüle edilmektedir. Duygusal yeme bu evrede ortaya çıkmaktadır ve HPA ekseninin aşağı regülasyonu sonucu strese hiper aktivasyon ve iştahsızlık gibi tipik nörovejetatif tepki vermek yerine, artan iştah ve kilo kazanımı gibi nörovejetatif semptomlarla cevap oluşmaktadır (Gold ve Chrousos, 2002) (Yau ve Potenza, 2013).

Bu düşünce çizgisine paralel olarak, duygusal yiyiciler tipik olarak stres sonrası açlık azalmasına sahip değildir, bunun yerine stresten sonra benzer veya daha yüksek açlık duygularına sahip olmaktadır. Ek olarak strese yanıt olarak aşağı yönde regüle olan HPA eksenini, duygusal yiyicilerin tükettikleri besinlerin destekleyici değerine daha açık olduklarını ve yiyecekleri, stresin ve olumsuz duyguların etkilerini geçici olarak köreltmek için 'kendi kendine ilaç' olarak gördüklerini ortaya koymaktadır (Tatjana Van Strien, 2018). HPA ekseninin aktivasyonuna bağlı olarak düşük kortizol salgılanması duygusal yiyicilerde gıda alımını etkilemektedir ve duygusal yiyicilerdeki düşük kortizolun, stres reaktivitesinin strese bağlı artan gıda alımıyla ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Tatjana Van Strien ve diğ. 2013).

Bu ifadenin aksine okul çocuklarında yapılan araştırma, stresin hiperkortizolizm ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Kortizolun iştah açıcı olmasını, özellikle ödül yollarını uyararak veya diğer hormonları etkileyerek iştahı arttırmasına ve buna bağlı olarak tatlı ve yağlı yiyeceklere olan ilgiyi arttırmasına bağlanmıştır. Yapılan çalışmalara bakıldığında strese karşı verilen kortizol yanıtların farklı olduğunu görmekteyiz. Ancak hipo ve hiper kortizol seviyelerinin birey için zararlı olduğunu ifade etmek gerekmektedir (Michels ve diğ. 2013) (Aparicio ve diğ. 2016). Durumu destekleyecek nitelikte bir diğer çalışma, duygusal yiyicilerde azalmayan ghrelin seviyesini artan gıda alımı ile ilişkilendirmektedir. Çalışmalardan da anlaşılacağı üzere gıda tüketimini duygusal yeme çerçevesinde hormonlar dâhil olmak üzere birçok faktör etkilemektedir (Raspopow ve diğ. 2014).

## **2.5. Duygusal Yeme ve Obezite**

“Sağlığı bozabilecek anormal veya aşırı yağ birikimi” olarak tanımlanan obezite, gün geçtikçe yaygınlaşan bir sorun olmaktadır. 2016 yılında, 18 yaş ve üzeri 1,9 milyardan fazla yetişkinin aşırı kilolu olduğu ve bunların 650 milyondan fazlası obez olduğu belirtilmektedir. 5-19 yaş arası 340 milyondan fazla çocuk ve ergen ise fazla kilolu veya obezdir. 2019 yılına ait verilerde ise 5 yaş altı 38 milyon çocuğun fazla kilolu veya obez olduğu ifade edilmiştir (WHO, 2020).

Obez bireylerde duyguların işleme evresinde bozukluklar olduğu belirtilmektedir. Daha açıklayıcı bir ifade ile obez bireylerde duygularını yönetmede

düşük duygusal farkındalığa sahip olduğu görülmektedir. Bireylerde duygularla başa çıkmak için uygun stratejilere daha sınırlı erişim olduğu ve dışavurumcu bastırma yönteminin kullanılmasının arttığı ifade edilmektedir (Fernandes ve diğ. 2018). Stoeckel yapmış olduğu nörogörüntüleme çalışmasında obez bireylerin kontrollerine kıyasla yüksek kalorili yiyeceklere ve yiyecek ipuçlarına karşı duygusal tepkilerin oluştuğu düşünülen beyin bölgelerinde tepkiselliğin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, yiyecek ipuçlarının obez bireylerde yemek yemeyle uyumlu artmış motivasyonel özelliğe sahip olduğunu bildirmektedir (Stoeckel ve diğ. 2008).

Obezite ile depresyon arasında ılımlı bir ilişki var olmasına rağmen bu ortak ilişkiye sebep olan mekanizmalar belirsizdir. Bu çıkarım doğrultusunda yüksek depresyon semptomları olan ve olmayan obez bireyler arasında ruh hali ve yeme davranışını inceleyen Goldschmidt ve diğ. (2014) duygusal yeme skorları yüksek olan obezlerin olumsuz duygu durumlarında aşırı yeme davranışını daha fazla sergiledikleri göstermiştir (Goldschmidt ve diğ. 2014). 18 yıllık süreç boyunca üç zaman aralığında değerlendirilen orta yaştaki yetişkinler ile obezite ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma, kadınlarda depresyonun obeziteye neden olduğu, obezitenin ise depresif semptomlarına yol açtığını vurgulamaktadır. Bu nedensellik ilişkide birçok faktörün aracılık ettiği ve bu faktörlerden birinin duygusal yeme olduğu bildirilmiştir (Vittengl, 2018). Duygusal yemenin aşırı yeme ve enerji yoğunluğu yüksek gıdaların tüketimi ile de ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Obez bireylerle yapılan çalışmada yüksek duygusal yeme skoru enerji yoğunluğu yüksek gıdaların tüketimi ile anlamlı derecede ilişkilendirilmiş ve bu gıdaların duygusal yeme ve aşırı yeme arasında aracı olduğu belirtilmiştir (Lopez-Cepero ve diğ. 2019).

Obezitede tedavi yöntemi olan bariatrik cerrahi öncesi morbid obez bireylerin duygusal yeme seviyelerine bakıldığında %40'ında duygusal yeme skorunun yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bireyler, can sıkıntısı ve üzüntü durumlarıyla başa çıkmak için yemek yediklerini ifade etmişlerdir. Çalışma ameliyat türlerinin farklılık göstermesi ve birçok muhtemel sonuçlar ortaya çıkarabilmesi durumuna bakıldığında bariatrik cerrahi öncesi kişilerin duygusal yeme seviyelerinin incelenmesi gerektiğini vurgulamıştır (Steven Walfish, 2004). Çünkü tedavi edilmeyen duygusal yemenin,

bariatrik cerrahi sonrası kilo kazanımına neden olabileceği, bu durumun ilişkili tıbbi hastalıklar ve sağlık bakımı maliyetleri için bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (Chesler, 2012) (Ünal ve diğ. 2018).

Obezitenin tedavisinde duygusal yeme üzerinde durulduğunda duygu düzenleme becerisi ön plana çıkmaktadır. Duygularla baş edebilmek amacıyla bireylerin yeme davranışında bulunmaması, kişinin çocukluktan itibaren duygularını düzenleme becerisine sahip olmasını gerektirmektedir. Duygu düzenleme geniş anlamda, stresli ve stresli olmayan durumlarda olumlu bir duygusal durumu sürdürmek veya olumsuz bir duygusal durumu iyileştirmek veya bastırmak için kullanılan stratejiler dizisi olarak tanımlanabilmektedir. Bu düzenleme duygusal yemeyi hafifletebilir ve obezitenin önlenmesinde tedavi yöntemleri olarak düşünülebilmektedir (Aparicio ve diğ. 2016).

## **2.6. Duygusal Yeme ve Yeme Bozuklukları**

Bulimia Nervosa (BN) ve tıkanırcasına yeme bozukluğu (BED), yeme üzerinde kontrol kaybı ve büyük miktarlarda gıdanın hızlı tüketimi ile karakterizedir. Anoreksiya nervosa (AN), yetersiz yeme ve kilo kaybı ile karakterizedir, ancak AN'li bireylerin önemli bir kısmı aynı zamanda aşırı yemek yemektedir ve / veya telafi edici davranışlarda bulunmaktadır. Yeme bozukluklarında görülen tıkanırcasına yeme ve aşırı yeme davranışlarının, olumsuz duygular için dürtüsel bir başa çıkma stratejisi olarak gelişebileceği belirtilmektedir (Turton ve diğ. 2017).

Lisans öğrencileri ile yapılan çalışmada, aşırı yeme bozukluğu olan gruptaki bireyler kontrollerine kıyasla daha fazla olumsuz duygu deneyimi yaşamıştır ve bu durum aşırı yeme krizlerinin artması ile ilişkilendirilmiştir (Wolff ve diğ. 2000). Tıkanırcasına yeme bozukluğu olan hafif şişman bireylerde yapılan çalışmada ise duygusal yeme seviyelerinin yüksek olduğu ve duygusal yemenin aşırı yeme sıklığı, depresyon semptomları ile de anlamlı derecede ilişkili olduğu gösterilmiştir (Masheb ve Grilo, 2006).

251 yeme bozukluğu olan bireylerin ( AN (kısıtlayıcı (AN-R)), aşırı yemenin tip (AN-BP) ve BN'li (arınan tip) ve sağlıklı bireylerin oluşturduğu gruplar arasında yapılan çalışmada, üç yeme bozukluğu olan kişiler arasında duygusal yeme

skorları farklılık göstermezken sağlıklı kontrollerine göre duygusal yeme skorları anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Duygusal yemenin yeme bozuklukları arasında etkilediği boyut farklılık göstermiştir. AN-R'li hastalar kısıtlı yeme davranışları ile AN-BP ve BN'li hastalar aşırı yeme davranışları ile ilişkilendirilmiştir. Çalışma, yeme bozukluğu olan bireylerde klinik açıdan özellikle AN ve BN hastaların tedavisinde duygusal yeme farkındalığına ve düzenlenmesine odaklanılması gerektiğini ifade etmiştir (Ricca ve diğ. 2012). Diğer bir çalışmada AN hastalar, olumsuz duygulara yanıt olarak normalden daha az, olumlu duygulara yanıt olarak normalden daha fazla yemek yedikleri belirtmiştir. BN hastaların ise olumsuz duygulara yanıt olarak normalden daha fazla, olumlu duygulara yanıt olarak normalden daha az yemek yedikleri gösterilmiştir (Meule ve diğ. 2019).

Gece yeme sendromu, akşam veya gece vakitlerinde önemli miktarda gıda alımı, uykusuzluk, sabahları iştahsızlık ve depresif ruh hali ile karakterizedir. Gece yeme sendromu (NES) ile duygusal yeme arasındaki ilişkiye bakıldığında; NES'in tikanırçasına yeme bozukluğu ve BKİ üzerindeki anlamlı ilişkinin, duygusal yeme skorları yüksek bireylerde var olduğu görülmüştür. Duygusal yiyici olanların geceleri yeme sıklığının daha fazla olduğu belirtilmiştir (Meule ve diğ. 2014).

Yeme bozukluğu olan 113 kadın ve erkeklerde yapılan çalışmada, aşırı yeme epizotlarının duygusal yeme durumu ile ilişkiye bakıldığında olumsuz duygu durumlarının etkisini hafifletmek amacıyla kişilerin daha çok yeme krizleri yaşadığı ifade edilmiştir. Ödül olarak daha az aşırı yeme davranışlarında bulunduğu gösterilmiştir (De Young ve diğ. 2014). Çalışmaların sonuçlarına bakıldığında yeme bozukluğu olan bireylerin tedavi olanaklarında duygusal yemenin kritik bir rol aldığı görülmektedir. Yeme bozukluklarında duygusal yemenin mutlaka değerlendirilmesi ve bu konudaki tüm net olmayan mekanizmaların gelecekteki çalışmalar ile aydınlatılması gerekmektedir (Reichenberger ve diğ. 2021).

## **2.7. Duygusal Yeme Davranışlarını Belirlemede Kullanılan Ölçekler**

Duygusal yeme davranışı sergileyen bireylerde duygusal yeme ilgili araştırma yapmak laboratuvar ortamında oldukça güçtür. Çünkü bu bireyler genellikle tek



başına kaldıklarında doğal yemek yeme davranışı sergilemektedir. Laboratuvar koşullarında bu ortamı oluşturmak mümkün değildir. Bu nedenle duygusal yeme konulu çalışmaların çoğu klinik gözlemlere dayanmakta ve daha çok anket çalışmaları yapılmaktadır (Serin ve diğ. 2018). Duygusal yeme davranışını da ölçmek için çeşitli ölçekler geliştirilmiş, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yürütülmüştür. Aşağıda bu ölçeklerle ilgili bilgilendirme yapılmaktadır.

Hollanda Yeme Davranışı Anketi (Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ)) : Van Strien ve arkadaşları (1986) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Başlangıçta 100 maddeden oluşan, sonrasında normal ve aşırı kilolu insanlara uygulanarak 33 maddelik dışsal, kısıtlayıcı ve duygusal yeme davranışlarını ölçen bir ankettir. Yeme davranışları 5'li (hiçbir zaman-çok sık) likert ölçeği ile değerlendirilmektedir (Van Strien ve diğ. 1986). Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir (Bozan, 2009).

Üç Faktörlü Yeme Ölçeği (Three Factor Eating Questionnaire –TFEQ) : Stunkard ve Messic tarafından 1985 yılında 51 maddeden oluşan ölçek olarak hazırlanmıştır. Yememin bilişsel kısıtlanmasını, kişinin disinhibasyonunu (kişinin kendini dizginleyememesi) ve bireyin açlık durumunu ölçen 3 alt ölçekten oluşmaktadır (Stunkard ve Messick, 1985). Ölçeğin 18 ve 21 maddelik uyarlaması sırası ile İsveçli obez ve ikiz erkek bireylerde yapılan çalışmalarla elde edilmiştir (Karlsson ve diğ. 2000) (Tholin ve diğ. 2005). Ölçeğin 18 maddelik formunun Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Kıracı ve arkadaşları tarafından obez, normal ve aşırı kilolu bireylerde yapılmıştır (Kıracı ve diğ. 2015). 21 maddelik versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği ise Karakuş ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (Karakuş ve diğ. 2016).

Yeme Farkındalığı Ölçeği (Mindful Eating Questionnaire): Framson ve diğ. (2009) tarafından yeme davranışının nasıl ve neden ortaya çıktığına yönelik oluşturulmuş 28 soru ve 5 alt ölçekten meydana gelen ankettir (Framson ve diğ. 2009). Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Köse ve arkadaşları (2017) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır (Köse ve diğ. 2017).

Duygusal İştah Anketi (Emotional Eating Scale-EES): Duygusal İştah Anketi Nolan ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Olumlu ve olumsuz duygularda duygusal yeme davranışı gelişebilme durumunu değerlendirmektedir. İştah durumunu 1-9 arası puanlama ile ölçmektedir (Nolan ve diğ. 2010). Anketin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği üniversite öğrencileri ve sağlık çalışanları üzerinde Demirel ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (Demirel ve diğ. 2014).

Duygusal Yeme Ölçeği (Emotional Eating Scale): Tanofsky-Kraff ve arkadaşları (2007) tarafından çocuklar ve ergenlerde duygusal yeme düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek 25 soru ve 3 alt ölçekten oluşmaktadır (Tanofsky-Kraff ve diğ. 2007). Bektaş ve arkadaşları (2016) tarafından çocuklar ve ergenlerde Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır (Bektas ve diğ. 2016).

Duygusal Yeme Ölçeği (Emotional Eating Scale) : Arnow ve diğ. (1995) yılında geliştirmiş olduğu bir başka duygusal yeme ölçeğidir. Bu ölçekte olumsuz duyguların yeme davranışı üzerindeki etkiye bakılmıştır. Öfke, depresyon ve kaygı olmak üzere üç alt ölçeği bulunmaktadır (Arnow ve diğ. 1985). Türkçe geçerliği ve güvenilirliği Kara (2019) yapmıştır (Kara, 2019).

Duygusal Yeme Ölçeği (The Emotional Eater Scale): Hafif şişman ve obez kişilerin duygusal yeme davranışlarını değerlendirmek için Garaulet ve arkadaşları tarafından 2012 yılında geliştirilmiştir. Duygusal Yeme Ölçeği 10 maddeden ve üç alt ölçekten (yeme isteğini engelleyememe, yiyecek türleri, suçluluk hissi) oluşmuştur. Ölçek '0' Asla ve '3' Her zaman şeklinde ifade edilen 4 seçenekli bir derecelendirmeden meydana gelmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerliliği Akın ve arkadaşları tarafından 2016 yılında yapılmıştır (Garaulet ve diğ. 2012) (Akın ve diğ. 2016).

Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği: kişinin yeme davranışı ve duyguları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Bilgen tarafından 2018 yılında Türkiye’de geliştirilen bir ölçektir. 30 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Gerginlik durumlarında yeme, olumsuz duygularla başa çıkabilmek için yeme, kendini kontrol

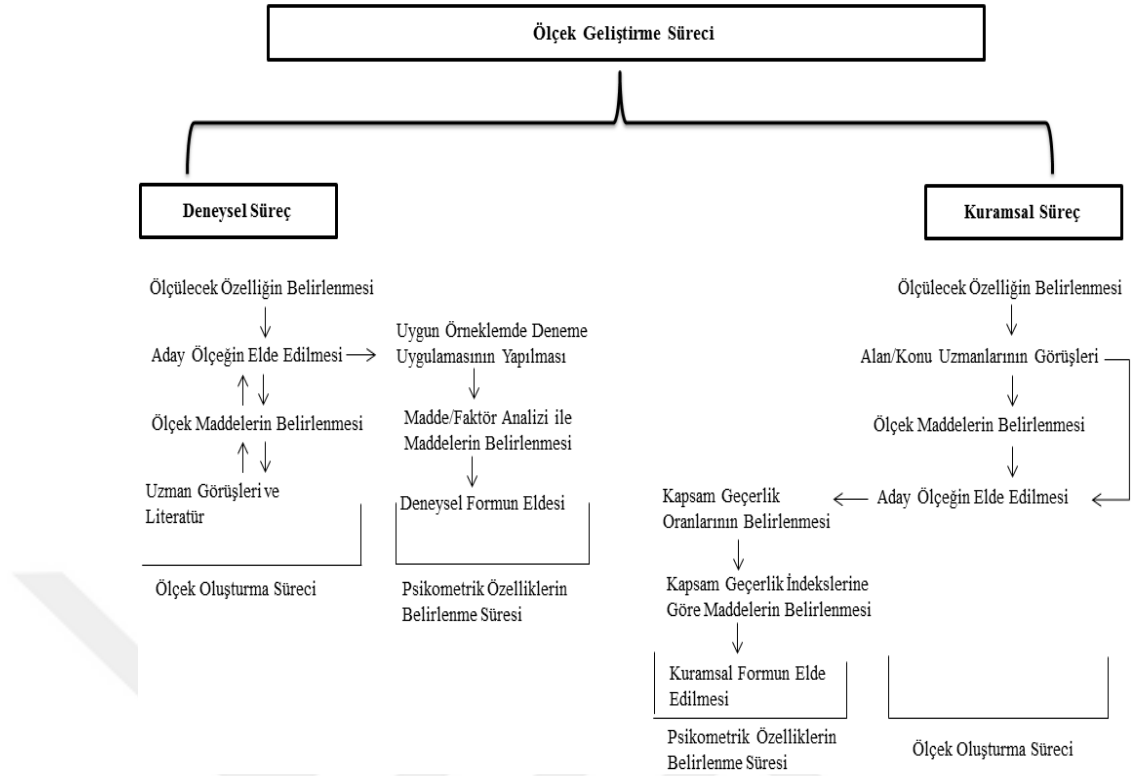
edebilme, uyarın karşısında kontrollü olmak üzere dört alt ölçekten meydana gelmektedir (Bilgen,2018).

Duygusal Yeme Ölçeği: Doğan ve arkadaşları tarafından 2011 yılında Türkiye’de geliştirilen bir ölçektir. Yetişkinlerde duygusal yeme düzeylerini değerlendirmek için geliştirilmiştir. 14 maddeden ve bir alt ölçekten oluşmaktadır (Doğan ve diğ. 2011).

## 2.8. Ölçek Geliştirme

Ölçme, istatistik birimlerinin ilgilenilen özelliğe sahip olma derecesinin, belirli kurallar dâhilinde, sembolle ve sayı ile ifade edilmesi olarak tanımlanmaktadır. Ölçme, belirli bir amaç doğrultusunda yapılmaktadır (Ercan ve Kan, 2004) (Carmines ve diğ. 1986). Ölçek ise ölçmenin amacına yönelik olan özelliklerin gruplandırılması, sıralanması, miktar ve derecelerinin belirlenmesi için uyulması gereken kural ve kısıtlamaları ortaya koyan ölçme araçları olarak ifade edilmektedir (Karakoç ve Dönmez, 2014). Bilim dünyasında çok sayıda ölçek geliştirme çalışmaları bulunmaktadır. İlgili bilim alanında geliştirilen ölçeklerin kabul görmesi için ölçekler belirli aşamalar izlenerek hazırlanmalıdır. DeVellies (2017) ölçek geliştirme işleminde 8 adımdan bahsederken Tezbaşaran (2004) 3 adımda yapacağını ifade etmektedir (DeVellies,2017) (Keçeci,2021) (Tezbaşaran,2004). DeVellies ölçek geliştirme aşamasında ilk olarak ölçülmek istenilen yapının açık bir biçimde belirlenmesi gerektiğini vurgulamaktadır. İkinci aşamada madde havuzunun oluşturulması yer almaktadır. Madde havuzunun oluşturulması evresinde; ölçeğin amacına yönelik maddelerin seçilmesi, fazla madde sayısının ve maddelerin yazılma sürecinin, olumlu ve olumsuz ifadeli maddelerin ve bu maddelerin özelliklerinin belirtilmesi gerekmektedir. Ölçme şeklinin, ölçek maddeleri yanıtlama kategori sayısının, özgün yanıtlama biçimi türlerinin belirlenmesi üçüncü adım olarak, başlangıçtaki madde havuzunun uzmanlar tarafından gözden geçirilmesi ise dördüncü adım olarak ifade edilmiştir. Sonraki adımlarda ise ortaya konulan ölçeğin temel madde grubunun belirlenmesi, bu maddelerin hedef gruba uygulanması yer almaktadır. Ölçek geliştirme çalışması madde değerlendirmesine gidilerek ölçek uzunluğunun belirlenmesi ile son bulmaktadır (DeVellies,2017) (Keçeci, 2021).

Tezbaşaran (2004) kuramsal tanımdan yola çıkıp üç ayrı madde seçme tekniğini kullanarak ölçek geliştirme çalışmasını tamamlamıştır (Tezbaşaran, 2004). Demir (2021) ise ölçek geliştirme aşamalarına: ölçülmesi istenen yapı özelliklerinin belirlenmesi, madde havuzunun oluşturulması ve uzman görüşüne bildirmesi ile başlamaktadır. Sonraki aşamada uzman değerlendirmesi sonucu oluşturulan ölçeğin hedef grubu özelliklerini kapsayan örnekleme pilot uygulama yapılması yer almaktadır. Pilot uygulama aşamasında katılımcıların taslak ölçeğe ilişkin görüşleri değerlendirilmektedir. Pilot uygulaması sonrasında elde edilen bilgiler ışığında, taslak ölçeğin hedef örneklem grubuna uygulanacak formu oluşturulmaktadır. Oluşturulan ölçek hedef gruba uygulandıktan sonra açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılarak ölçeğin geçerliği test edilmektedir. Güvenirlik analizinin yapılmasının ardından ölçek çalışmalarının raporlanması ve kılavuzun hazırlanması işlemi ile ölçek geliştirme çalışmasına son verilmektedir. Ölçeğin geliştirilmesinin ardından, daha büyük örneklem gruplarında uygulanarak ölçek standardizasyon çalışmasının yapılması gerektiğini ifade ederek bu aşamayı öneri olarak sunmaktadır (Demir, 2021).



Şekil 2.8.1 Ölçek Geliştirme Aşamaları

Yurduğül (2005) ölçek geliştirme aşamalarını yukarıda ifade edilen şekilde belirtmektedir ve Şekil 2.8.1.'de bu aşamaların şematik şekli gösterilmektedir. Ölçek geliştirme çalışmalarını deneysel ve kuramsal olarak ikiye ayırmaktadır. Deneysel süreçte literatür veya uzman yaklaşımları doğrultusunda ölçek formu oluşturulmakta ve hedef kitleye ölçek uygulanmakta ve ölçek maddelerine yönelik psikometrik özellikler dikkate alınarak nihai form elde edilmektedir. Kuramsal süreçte araştırmacı büyük örnekleme ulaşamadığı takdirde ölçek formundaki maddelere ilişkin uzman görüşüne giderek nitel çalışma yapmaktadır. Uzman görüşündeki uyumlulukları dikkate almakla birlikte nitel çalışmaya kapsam geçerlilik analizi uygulayarak istatistiksel nicel bir yapıya dönüşmesini sağlamaktadır (Yurduğül, 2005).

## 2.9. Ölçek Uyarlama

Belirli bir kültürde ve dilde oluşturulan ölçek o kültürün kavramsallaştırma ve ölçeğin uygulandığı örneklemin özelliklerini kapsamaktadır. Oluşturulan ölçeğin

farklı kültür veya dillerde kullanılabilir olması için yapılan dizgesel hazırlık çalışmalarına ölçek uyarlaması denir (Öner,1987). Belirli kültürlerde geliştirilen psikolojik ölçme araçları farklı kültürlerle uyarlanmaktadır. Ölçek uyarlanması, adapte edilen kültürün diline çevrilmesi ve geçerlik ve güvenirlik analizleri olmak üzere temel psikometrik işlemlerinin yapılması süreci olarak ifade edilmektedir (Deniz, 2006). Bir ölçeğin Türkiye örnekleminde uygulanabilmesi için Türkçeye uyarlama işleminin düzenli bir şekilde yapılarak ölçeğin Türkiye örnekleminde psikometrik açıdan gerekli özellikleri taşıdığıının ispatlanması gerekmektedir (Bayık, 2016). Ölçek sahibinden izin almak, uyarlama çalışmasına karar verildiğinde yapılacak olan ilk iş olmalıdır. Araştırmacının izni olmadan, ölçeğini çalışmada kullanmanın etik bir davranış olmayacağı dikkate alınmalıdır (Deniz, 2006). İzin alındıktan sonra ölçek uyarlama aşamaları çeviri işlemi ile başlayıp, anlamsal açıklamalar, uzman değerlendirmesi, geri çeviri, pilot uygulama ile devam ederek nihai sürümün elde edilmesi ve dokümantasyon ile son bulmaktadır (Aksayan ve Gözüm, 2002).

### **2.9.1. Çeviri**

Çeviri uyarlama evresinin ilk aşamasıdır. Çevirmen kişi veya kişilerin ölçeğin orijinal diline hâkim olmasıyla birlikte ana dilinin hedef kültürün dili olması gerekmektedir. Çevirme işlemi yapılırken:

- Çevrilen kelimelerin veya sözcük gruplarının birebir tercümesi değil kavramsal karşılığı aranmalıdır.
- Çevrilen kelimelerin ifadeleri öz, açık ve mümkün olduğu kadar kısa olmalı uzun ifadelerden kaçınılmalıdır.
- Çevirme işlemi yapılırken kullanılan kelimelerin hedef kültürde tüm grupların anlayabileceği düzeyde olmasına dikkat edilmelidir. Açıkça anlaşılmayan teknik terimlerin ile günlük yaşamda kullanılan deyim ve yerel terimlerin kullanılmasından uzak durulmalıdır.
- Çevirmenler, ölçeğin uygulanacağı hedef kitlenin cinsiyet ve yaş özelliklerini göz önünde bulundurmalı ve ölçekte hedef kitle için

rahatsız edici olarak görülen herhangi bir terim yer almamalıdır (WHO, 2010).

Çeviri tekniklerinde grup çevirisi, tek yönlü çeviri ve geri çeviri olmak üzere üç yöntem bulunmaktadır (Aksayan ve Gözüm, 2002). Çeviri her zaman birbirinden bağımsız olarak değerlendirilen en az iki kişi tarafından yapılmaktadır. Alternatif olarak, her biri 2-4 kişiden oluşan iki ekip ilk çeviriyi tamamlayabilmektedir. Sonuçların karşılaştırılabilmesi için iki çevirmenin veya ekibin çeviri tamamlanana kadar çalışmaları hakkında iletişim kurmaması önemlidir (Coster ve Mancini,2015) (Wendy, 2015). Çeviri işlemi tamamlandıktan sonra çeviriler karşılaştırılmalı ve en uygun çeviri oluşturulana kadar çeviri incelemeleri devam etmelidir. Hedef kültürün gramer yapısını karşılamadığı takdirde çeviri işlemi yeniden yapılmalıdır (Ægisdóttir ve diğ. 2008).

### **2.9.2. Geri Çeviri**

Araştırma aracının kaynak dilden bir veya daha fazla hedef dile basit, tek yönlü tercümesinin kabul edilemez bir prosedür olduğu ifade edilmektedir. Geri çeviri yönteminin hedef kültürün diline uygunluğu sağlayacak güçlü bir yol olduğu belirtilmektedir (Johnson, 2004.) Geri çeviri yöntemi, yaygın olarak kullanılan İngilizce psikometrik ölçeklerin farklı dillere uyarlama çalışmalarında yapılmaktadır (Mallinckrodt ve Wang, 2004). Bu evrede, ölçeğin çevrilmiş veya hedeflenen versiyonu, hedef kültürün diline çeviren kişilerden farklı bireyler tarafından bağımsız olarak orijinal dile geri çevrilmektedir (Ægisdóttir ve diğ. 2008).

### **2.9.3. Uzman / Hakem Görüşü**

Bu aşamanın amacı yapılan ilk çeviri ve geri çeviri işlemi sonucu elde edilen verilere dayalı olarak pilot uygulaması yapılmadan önce ölçeğin son sürümünü oluşturmaktır. Metodologlar, sağlık uzmanları, dil uzmanları ve çevirmenler gibi farklı alanlardaki profesyonel kişilerden görüş alınabilmektedir (Jesus ve Valente, 2016). Bu evrede çevirinin yetersiz ifadeleri ve kavramları, çevirideki sorunlar ve tutarsızlıklar tespit edilir ve çözüme kavuşturulur (WHO, 2010).

#### **2.9.4. Ön Test Yapılması**

Uyarlanan ölçeğin veri toplama aracı olarak kullanılabilmesi için bir pilot/ ön test yapılması gerekmektedir (WHO,2010). Bu evrede ölçeğin uygulanacağı hedef grubun özelliklerine uygun 30-40 kişiye, maddelerin anlaşılabilirliğine yönelik ön çalışma yapılmaktadır. Katılımcılara her maddeyi yüksek sesle okumaları istenmektedir ve her maddenin kendisinde hangi anlamlar çağrıştırdığına dair cevap alınmaktadır (Borsa ve diğ. 2012) (Çapık ve diğ. 2018).

#### **2.9.5. Son Versiyon Eldesi ve Ölçeğin Uygulanması**

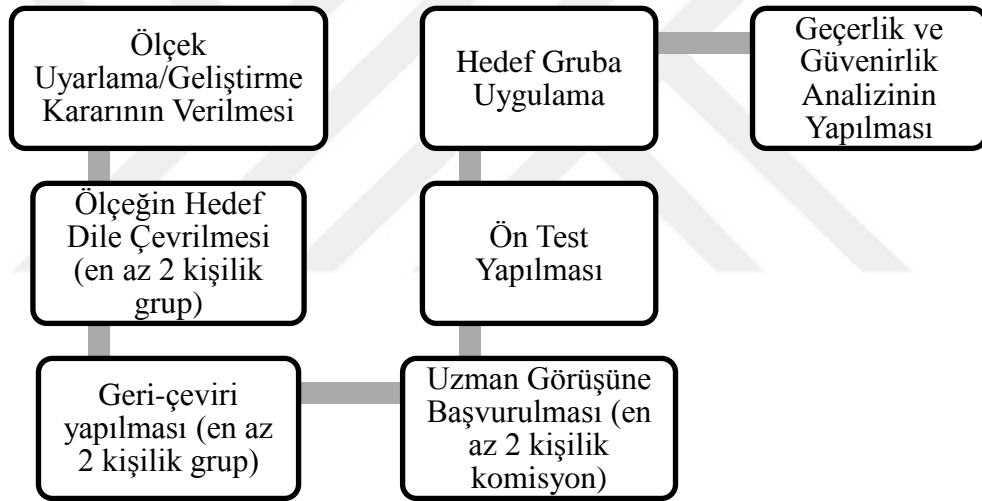
Ölçek uyarlama çalışmasında ön test işlemi yapılmasının ardından son aşamada, ölçek sahibine elde edilen anketin gönderilip geribildirim alınması gerçekleştirilmektedir. Ölçek sahibi ve ön test katılımcılarının ifade ettiği görüşler neticesinde ölçeğin son hali oluşturulmaktadır Geri dönüşler dikkate alınarak uyarlanan ölçek hedef örnekleme uygulanmaktadır (WHO, 2010) (Akbaş ve Dönmez, 2007) .

#### **2.9.6. Ölçeğin Güvenirlik ve Geçerliliğinin Değerlendirilmesi**

Farklı dil ve kültürde geliştirilen ölçeğin başka dil ve kültüre uyarlama çalışmalarında; ölçeğin güvenirliliği ve geçerliliğinin değerlendirilmesine yönelik analizler yapılmalıdır. Ölçek Güvenirliliği; ölçeğin aynı şartlarda tekrarlanan ölçümlerde elde edilen ölçüm değerlerinin istikrarının göstergesidir (Ercan ve Kan, 2004). Bir ölçme aracında bütün soruların birbirleriyle tutarlılığını, ele alınan kavramı ölçmede benzerliğini, yeterliliğini ortaya koyan kavram güvenirlilik olarak adlandırılmaktadır (Çakmur, 2012). Ölçek güvenirliliği farklı yollarla incelenebilmektedir. Güvenirlilik katsayısı sayısal olarak 0 ile 1 arasında farklılık göstermektedir (Ercan ve Kan, 2004). Ölçek uyarlama çalışmalarında güvenirlilik analizleri, iç tutarlılık güvenirliliği, test-tekrar test güvenirliliği, paralel formlar güvenirliliği, gözlemciler arası güvenirlilik olmak üzere dört farklı yol ile yapılabilmektedir (Çakmur, 2012). Ölçek geçerliliği, araştırmada kullanılan değişkenlerin veya göstergelerin incelenmesi amaçlanan davranışları doğru bir şekilde temsil etme derecesidir. Bir araştırmacı ölçmek istediği kavramsal alanla ilgisi olmayan değişkenleri ölçüm aracının içine katması durumunda anketin ölçüm



geçerliliğine sahip olmadığı söylenmektedir (Şencan, 2005). Ölçek geçerliliği; kapsam geçerliği, kestirimsel geçerlik, yapı geçerliği ve görünüş geçerliği olmak üzere dört başlık altında değerlendirilmektedir (Ercan ve Kan, 2004). Yapı geçerliliği, ölçekten elde edilen sonucun hangi kavramlarla ilişkili olduğunun açıklanmasını sağlamaktadır. Ölçek maddelerinin, ifade edilen özellikleri ne derece doğru ölçtüğünü belirlemektedir. Yapı geçerliliği analizinde faktör analizi yapılmaktadır. Açıklayıcı faktör analizi, ölçüm araçlarının meydana gelmesinde (anket, test vb.), doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ise ortaya çıkan ölçek modellerinin, uygulanan örneklem üzerinde doğrulanıp doğrulanmadığının test edilmesinde kullanılmaktadır (Akyüz, 2018).



Şekil 2.9.6.1 Ölçek Uyarlama Çalışması için Temel Basamaklar

Şekil 2.9.6.1’de genelleştirilen ölçek uyarlama aşamaları, uyarlanan ölçeğin gerekliliğinin ve amaca uygun kullanılabilir en iyi araç olup olmadığının belirlendiği karar aşaması ile başlamaktadır. Ölçek uyarlama çalışmasında kullanılacak ölçeğin hedef kültüre uyumunun araştırıldığı evre ise ikinci aşamadır. Bu aşamada ölçeğin hedef dil ve kültüre uygunluğu sağlanmaktadır. Çeviri aşaması olarak genelleştirilen bu evre, hedef dile çeviri, geri çeviri, uzman görüşü alınması adımlarından oluşmaktadır. Bu aşamaların sırası değişebilmektedir. Daha sonra

hedef dile çevirisi yapılmış ölçek, araştırma örneklemine benzer bir gruba uygulanmaktadır ve kişilerin geri görüş bildirmeleri istenmektedir. Ölçeğin son versiyonu, yazar görüşü alınarak oluşmaktadır. Ölçek uyarlama çalışması ölçeğin hedef grubu uygulanması ve gerekli analizlerin yapılması ile son bulmaktadır (WHO, 2010) (Coster ve Mancini, 2015) (Bartram ve diğ. 2018) (Bayık, 2016).



### 3. YÖNTEM

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (Salzburg Emotional Eating Scale)'nin Türkçe geçerlik ve güvenirliğini belirlemek için metodolojik olarak planlanmıştır.

#### 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrenci, akademisyen ve idari personeli oluşturmaktadır. 18- 65 yaş aralığında olma ve hastalık tanısı almamış olma dâhil edilme kriterleri olarak belirlenmiştir. Doktor tarafından konulan kronik/ psikolojik/psikiyatrik herhangi bir hastalık tanısı olma, düzenli ilaç/vitamin desteği kullanma ve gebe veya emzikli olma çalışmanın dışlanma kriterleri olarak ifade edilmiştir. Çalışmanın örneklem sayısı ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi için ölçek madde sayısı başına en az 10 kişi olacak şekilde 200 olarak hesaplanmıştır (Kline,2005 akt. Çapık, 2014). Ölçek faktör analizi için kişi sayısının 100 kişiden oluşması zayıf, 200 kişiden oluşması yeterli, 300 kişiden oluşması iyi, 500 kişiden oluşması çok iyi, 1000 kişiden meydana gelmesi ise mükemmel olarak kabul edilmiştir (Comrey,1992; akt. Akbaş ve diğ. 2019) (Comrey, 1978) (De Winter ve diğ. 2009). Bu nedenle en az 200 kişi örneklem sayısına ulaşılması için iki katı kadar bireyin çalışmaya dâhil edilmesi planlanmıştır.

Veri toplama işlemi 2020-2021 eğitim öğretim yılının Nisan ve Mayıs aylarında gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada anket formunu 416 kişi doldurmuştur. Sonrasında ölçeğin, tekrar test güvenirlik analizi için araştırma gurubuna ölçeğin tekrar uygulaması yapılmış ve 61 kişiye ulaşılmıştır.

#### 3.3. Araştırmanın Uygulanması

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SDYÖ) Türkçe geçerlik ve güvenirliğinin yapılabilmesi için ölçeği geliştiren sorumlu araştırmacıdan izin alınmıştır (Bkz. EK-1). Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan çalışmanın yapılmasının etik olarak uygunluk onayı alınmıştır (Bkz. EK-2). Araştırmanın bir sonraki evresinde ölçek İngilizce alanında uzman 6

kişi tarafından İngilizce formundan Türkçe formuna çevrilmiştir. Gerekli değerlendirmelerin ardından İngilizce diline hâkim 4 uzman kişi tarafından ölçeğin Türkçe formundan İngilizce formuna geri çevirisi istenmiştir. Geri çeviri evresinden sonra bu aşamada bulunmayan 6 akademisyen tarafından uzman değerlendirmesi yapılmıştır. Her iki çeviri sonrası yapılan eleştiride alınan kararlar neticesinde ortaya çıkan ölçeğin Türkçe formu, örneklem kriterlerine uygun 38 kişilik ön gruba uygulanmıştır. Ön grup örneklem sayısı belirlenirken, en az örneklemin %10-20'si kadar ya da 30 kişi ile yapılması ilkesi dikkate alınmıştır (Ercan ve Kan, 2004). Kişilerin ölçek maddelerinin anlam ve yapısal uygunluğu hakkında geri dönüşler alınmıştır. Sonraki adımda ise ölçeğin oluşturulan Türkçe formu, ölçeği geliştiren sorumlu araştırmacıya iletilmiş ve ilgili görüşleri alınmıştır. Tüm geri dönüşler dikkate alınarak ve gerekli düzenlemelere gidilerek ölçeğin Türkçe formunun son haline ulaşılmıştır.

Son aşamada ise ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizi için belirlenen örnekleme uygulanması yer almıştır. Ölçek Google Formlar aracılığıyla çevrimiçi ortama aktarılmış Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrenci, akademisyen ve idari personellerine elektronik posta ile ulaştırılmıştır. Çalışmaya çevrimiçi ortamda 416 kişi katılmıştır. Elde edilen verilerin incelenmesi sırasında anketi dolduran 9 kişinin rumuz ifadelerinden yararlanılarak anket formunu iki defa doldurduğu görülmüş ve tek kişi olarak değerlendirilmiştir. Huzursuz bağırsak sendromu, astım, ülsertif kolit, crohn, kalp ritim bozukluğu, diyabet, tansiyon, troit bozuklukları, migren, psoriasis, reflü, gastrit, akut lenfoblastik lösemi, multiple skleroz, akciğer hastalıkları, kronik böbrek yetmezliği, demir eksikliği anemisi, polikistik over, ailesel akdeniz ateşi, alerjik rinit gibi kronik hastalığı olan ve buna bağlı ilaç kullandığını ifade eden 59 kişi çalışmadan çıkarılmıştır. Kronik hastalıklardan bağımsız olarak düzenli ilaç/vitamin kullandığını belirten 26 kişi de çalışmaya dâhil edilmemiştir. Obsesif kompulsif, depresyon tanısı ve kaygı bozukluğu olan 19 kişi de çalışma dışında bırakılarak 303 kişi ile çalışma tamamlanmıştır. 3 hafta sonra ölçeğin tekrar test güvenilirlik analizi için ölçeği uygulayan 61 kişiden ölçeği tekrar doldurmaları istenmiştir. Aynı kişilerin olmasını belirlemek amacıyla çalışmanın başında veri toplama aracında rumuz (ad-soyadlarının ilk harfleri ve telefon numaralarının son 4 hanesi ile) oluşturmaları istenmiştir. Tekrar uygulamada belirlenen sürede 30

katılımcıdan dönüş sağlanmıştır. İlk uygulamada 303 katılımcı, tekrar uygulama aşamasında da 30 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiştir.

### 3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışmaya dâhil olan öğrenci, akademisyen ve idari personelden sosyo-demografik verileri hakkında bilgi elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formu, Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği ve Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği' nin Duygusal Yeme alt ölçeği kullanılmıştır.

#### 3.4.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından katılımcıların sosyodemografik özelliklerini öğrenmek amacıyla hazırlanan bilgi formu kullanılmıştır. Bu kısımda katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni hal, eğitim seviyesi, mesleği, aylık geliri, hastalık durumu, ilaç kullanımı, sigara kullanma alışkanlıkları, uyku süresi, düzenli egzersiz yapma alışkanlığı, vücut ağırlıkları ve boy uzunlukları sorgulanmıştır (**Bkz. EK-3**).

#### 3.4.2. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SEES)

Geçerlik ve güvenilirliği analiz edilecek olan 'Salzburg Emotional Eating Scale'- 'Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği' Meule, Reichenberger ve Blecher (2018) tarafından Avusturya'nın Salzburg eyaletinde geliştirilmiştir. Bireylerin olumlu ve olumsuz duygular karşısında yeme miktarındaki değişimlerini ölçmeyi amaçlamaktadır. 20 maddede belirtilen duygu ifadesinin yeme davranışı üzerindeki etkisini belirleyen ölçek; mutluluk, üzüntü, kızgınlık ve kaygı olmak üzere 4 alt ölçekten meydana gelmektedir. Her madde "Ben olduğumda/hissettiğimde..." kökü ile başlamakta ve ardından duygusal bir durumu ifade eden bir sıfat gelecek şekilde tamamlanmaktadır. Cevap seçenekleri her zamankinden çok daha az yerim ile her zamankinden çok daha fazla yerim olacak şekilde (1-5 arası) beş maddeden oluşmaktadır.

Ölçek üç aşamalı çalışma ile geliştirilmiştir. Çalışmanın ilk aşamasında ölçek maddeleri; Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği (DEBQ), Duygusal Yeme Ölçeği (EES), Duygusal Aşırı Yeme Anketi (EOQ), Duygusal İştah Anketi (EMAQ) ve Olumlu-Olumsuz Duygusal Yeme Ölçeği (PNEES) maddelerinden yararlanılarak

yirmisi olumlu yirmisi olumsuz duyguları ifade edecek şekilde oluşturulan kırk maddelik havuzdan alınmıştır. Ölçeğin maddeleri, yirmisi olumlu yirmisi olumsuz olacak şekilde oluşturulan madde havuzundan alınmıştır. Maddelerin faktör yapısı incelenmiştir ve en yüksek faktör yüküne sahip yirmi madde seçilmiştir. Çalışmanın ikinci ve üçüncü aşamasında psikometrik özellikler (faktör yapısı, iç tutarlılıklar), alt ölçeklerin ortalama puan farklılıkları, alt ölçekler arasındaki ilişkiler, alt ölçek ortalama puanlarının cinsiyet ve beden kütle indeksi arasında karşılaştırılması yapılmıştır. Çalışmanın ikinci aşamasında ayrıca, geçerlik analizi olarak paralel form yöntemi kullanılmış, ölçeğin alt boyutlarının belirlenen diğer ölçeklerle ilişkileri incelenmiştir. Ölçek geliştirme çalışmasının üç aşaması sırasıyla 285, 789, 450 katılımcı ile yapılmıştır. Çalışma sonucunda dört alt faktöre sahip yirmi maddelik bir ölçek geliştirilmiştir. Bu alt ölçeklerden alınan puanlar, olumlu ve olumsuz duyguların kişinin yeme davranışı üzerindeki etkisini ifade eden öz bildirimlerdir. Ölçekteki duygusal durumlar, duygu araştırmalarında en sık ölçülen duygular ile tutarlıdır (Meule ve diğ. 2018).

**Mutluluk alt faktörü:** iyimser, neşeli, mutlu, gururlu ve kendine güvenme maddelerini içeren 5 olumlu duyguyu içermektedir. Mutluluk alt faktörü, ölçeğin 1, 2, 3, 4, 5 numaralı maddelerini içermektedir. Mutluluk alt faktörüne ait iç tutarlılık katsayısı 3 ayrı çalışmada sırası ile  $\alpha = 0,80$ ;  $\alpha = 0,81$ ;  $\alpha = 0,87$  olduğu görülmektedir.

**Üzüntü alt faktörü:** yalnız ve depresif hissetme, üzgün olma, sıkılma, hayal kırıklığına uğrama maddelerinin oluşturduğu 5 olumsuz duyguyu içermektedir. Üzüntü alt faktörü, ölçeğin 6, 7, 8, 9, 10 numaralı maddelerini içermektedir. Üzüntü alt faktörüne ait iç tutarlılık katsayısı 3 ayrı çalışmada sırası ile  $\alpha = 0,77$ ;  $\alpha = 0,76$ ;  $\alpha = 0,85$  olduğu görülmektedir.

**Kızgınlık alt faktörü:** öfke, kızgın ve irrite olma, moral bozukluğu ve kıskançlık maddelerini içeren 5 olumsuz duyguyu içermektedir. Kızgınlık alt faktörü, ölçeğin 11, 12, 13, 14, 15 numaralı maddelerini içermektedir. Kızgınlık alt faktörüne ait iç tutarlılık katsayısı 3 ayrı çalışmada sırası ile  $\alpha = 0,77$ ;  $\alpha = 0,75$ ;  $\alpha = 0,85$  olduğu görülmektedir.

**Kaygı alt faktörü:** gergin, kaygılı, endişeli, rahatsız (huzursuz) olma durumunu içeren 5 olumsuz duyguyu içermektedir. Kaygı alt faktörü, ölçeğin 16, 17, 18, 19, 20 numaralı maddelerini içermektedir. Kaygı alt faktörüne ait iç tutarlılık katsayısı 3 ayrı çalışmada sırası ile  $\alpha = 0,82$ ;  $\alpha = 0,73$ ;  $\alpha = 0,71$  olduğu görülmektedir.

Ölçekte üçten yüksek puan artan besin tüketimini temsil etmekte, orta (üç) puan değişmemiş besin tüketimini temsil etmekte ve üçten düşük puanlar azalmış besin tüketimini temsil etmektedir (Meule ve diğ. 2018).

### 3.4.3. Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği (DEBQ)

Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği 1986 yılında Van Strien ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ölçek dışsal yeme, kısıtlanmış yeme ve duygusal yeme davranışlarını değerlendiren üç alt ölçek ve otuz üç maddeden oluşmaktadır. Alt ölçeklerinin Cronbach  $\alpha$  güvenilirlik katsayılarına bakıldığında, duygusal yeme davranışı alt ölçeğinin 0,95; dışsal yeme davranışı alt ölçeğinin 0,81 ve kısıtlanmış yeme davranışı alt ölçeğinin 0,95 olduğu görülmektedir. Bu çalışmada Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği' nin 13 maddeden oluşan duygusal yeme alt ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 1: hiçbir zaman, 2: nadiren, 3: bazen, 4: sık, 5: çok sık olmak üzere 5'li likert yapısı ile değerlendirilmektedir (Tatjana van Strien ve diğ. 1986) (Bkz. EK-4).

### 3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi IBM SPSS 22 ve AMOS 24 programları ile yapılmıştır. Demografik özelliklerde kategorik değişkenler sayı, yüzde değerleri ile temsil edilirken, sürekli değişkenler ortalama  $\pm$  standart sapma, ortanca, minimum-maximum değerleri ile ifade edilmiştir. Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi, Skewness-Kurtosis değerleri ve tekrar test verileri için Shapiro-wilk testleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Normal dağılıma uymayan verilerde, iki bağımsız grup karşılaştırması için Mann-Whitney U testi, üç ve daha fazla grup kıyaslaması için de Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır.

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği'ne psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi amacıyla geçerlik ve güvenilirlik analizleri uygulanmıştır.

Güvenirlilik için Cronbach alfa ve McDonald's omega değerlerine bakılmış; geçerlik için öncesinde KMO Barlett'in Küresellik Testi sonrasında açıklayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçüt bağıntılı güvenirliliğinin belirlenmesi amacıyla Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği' nin duygusal yeme alt ölçeği ile ilişkisine Sperman korelasyon analizi ile bakılmıştır. Ölçeğin zamana göre değişmezliğinin değerlendirilmesinde tekrar test ölçümleri için Paried Sample t test ve Wilcoxon testleri kullanılmıştır. Tüm analizlerde istatistik anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak kabul edilmiştir.

### 3.6. Verilerin Değerlendirme Yöntemleri

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SDYÖ) Türkçe uyarlama çalışması iki ana aşamadan oluşmaktadır;

- Ölçeklerin Türkçeye Uyarlanmasında Psikolinguistik Yapıların İncelenmesi (Dil Uyarlaması / Dil Geçerliği)
- Ölçeklerin Psikometrik Yapıların (Güvenirlilik ve Geçerlik) İncelenmesi (Karaçam, 2019).

#### 3.6.1. Psikolinguistik Yapıların İncelenmesi (Dil Uyarlaması / Dil Geçerliği)

##### Dil Geçerliği

Ölçeğin başka bir dile uyarlanması aşamasında, orijinal ölçeğin mevcut yapısında değişiklik meydana gelmektedir. Ortaya çıkan değişiklik kavramsallaştırma ve anlatım farklılıklarından kaynaklanmaktadır. Bu değişimi en aza indirmek için ölçek maddelerinin dikkatli bir şekilde incelenmesi ve çevrilen dili kullanan bireylerin anlayacağı düzeye standardize edilmesi gerekmektedir (Karaçam, 2019).

SDYÖ Türkçe uyarlanmasına yönelik olarak araştırmanın ilk evresinde ölçeğin dil eşdeğerliliğini sağlamak amaçlanmıştır. Çeviri aşamasında hem dilbilimsel hem kültürel farklılıklar dikkate alınarak ölçeğin İngilizce formundan Türkçeye çevirisi her iki dili de iyi derecede konuşabilen 1 İngilizce öğretmeni, 1



İngiltere’de yaşayan ana dili Türkçe olan birey, 4 akademisyen olmak üzere 6 uzman kişiyle gerçekleştirilmiştir. Uzman çevirileri değerlendirilerek ölçeğin Türkçe hali oluşturulmuştur. Çalışmanın geri çeviri evresi; Türkçe çevirisini yapan kişilerden farklı olarak, her iki dile hâkimiyeti iyi olan 3 akademisyen, 1 İngilizce öğretmeni tarafından yapılmıştır. Geri çeviri aşamasını uzmanlar birbirlerinden bağımsız olarak gerçekleştirmiş, daha sonra geri çeviriler karşılaştırılmış ve tüm değerlendirmeler uygun ortak paydada birleştirilmiştir.

### **Kapsam (İçerik) Geçerliği**

Ölçme aracının geçerliği, ölçülen özellik ile ölçek maddeleri arasındaki ilişkiye bağlıdır. Ölçek maddesinin, ölçülmesi istenilen özelliği kapsama gücünü belirlemek için önsel çalışmalara ihtiyaç vardır (Yurdugül, 2005).

Bu amaçla geri çeviri evresinden sonra her iki dile, ölçülecek yapıya ve psikometrik bilgiye sahip ve aynı zamanda çeviri ile geri-çeviri evresinde bulunmayan 6 akademisyen tarafından uzman değerlendirmesi yapılmıştır. Kişilerden uzman değerlendirme formu aracılığı ile değerlendirme işlemini gerçekleştirmeleri istenmiştir (**Bkz. EK-5**). Bu aşamada uzmanlara ölçeğin orijinali ve çevirileri bir arada verilmiştir. Uzman görüşü Davis Tekniği kullanılarak alınmıştır (Davis, 1992). Teknikte ölçek maddelerinin orijinal ve Türkçe çevirisi karşılaştırılmıştır. Uzmanlardan Türkçeye çevirisi yapılan ölçek maddeleri için a: Uygun, b: Madde Hafifçe Gözden Geçirilmeli, c: Madde Ciddi Olarak Gözden Geçirilmeli, d: Madde Uygun Değil ifadelerini tercih ederek görüş bildirmeleri ve gerek gördüklerinde önerilerde bulunmaları istenmiştir. Uzman görüşlerinde her bir madde için ‘a’ ve ‘b’ seçeneğini bildiren uzmanların sayısı toplam uzman sayısına bölünerek kapsam geçerlik oranı (KGO) hesaplanmıştır. Bu değer  $\geq 0,80$  olması beklenmiştir. Teknikte en az 3 en fazla 20 uzman kişiden görüş alınması gerekmektedir. Çalışmanın uzman değerlendirmesi için 12 akademisyene ulaşılmış, değerlendirmeyi tamamlayan 6 akademisyen ile bu aşama sonlandırılmıştır. Uzmanlar tarafından ölçek maddelerinin değerlendirilmesine Tablo 3.6.1.1’ de yer verilmiştir. Davis tekniğine göre hesaplanan uzman değerlendirme sonuçlarına göre ölçek maddelerinin KGO değerlerinin  $\geq 0,80$  olduğu belirlenmiştir (Davis, 1992).

Tablo 3.6.1.1 Davis Tekniğine Göre Kapsam Geçerliliği Çalışması

Madde No	a ve b belirten uzman sayısı	Toplam Uzman Sayısı	Kapsam Geçerlik Oranı (KGO)
SDYÖ1	6	6	1,00
SDYÖ2	6	6	1,00
SDYÖ3	6	6	1,00
SDYÖ4	6	6	1,00
SDYÖ5	5	6	0,83
SDYÖ6	6	6	1,00
SDYÖ7	5	6	0,83
SDYÖ8	6	6	1,00
SDYÖ9	6	6	1,00
SDYÖ10	6	6	1,00
SDYÖ11	6	6	1,00
SDYÖ12	6	6	1,00
SDYÖ13	5	6	0,83
SDYÖ14	5	6	0,83
SDYÖ15	6	6	1,00
SDYÖ16	6	6	1,00
SDYÖ17	6	6	1,00
SDYÖ18	6	6	1,00
SDYÖ19	5	6	0,83
SDYÖ20	6	6	1,00

### Yüzey Geçerliliği

Yüzey geçerliliği, ölçme aracının neyi ölçtüğünden çok neyi ölçer görüldüğüyle ilgilenmektedir. Bir ölçeğin görünüş geçerliliği, o ölçeğin ölçmek istediği özelliği ölçüyor gözükmesi olarak tanımlanmaktadır (Ercan ve Kan, 2004).

Ölçeğin araştırılan yapıyı ölçüp ölçmediğinin değerlendirilmesi, araştırılan konu hakkında uzman olmayan ve belirlenen örnekleme uyumlu pilot/ ön test çalışmasına katılacak diğer kişilerin görüşlerinin alınmasıyla gerçekleştirilmektedir (Öztürk ve Babacan., 2012). Ölçeğin, bu amaçla belirlenen örneklem grubu özelliklerine uyumlu 38 kişiye ön test uygulaması gerçekleştirilmiştir. Kişilerden her bir ölçek maddesini yüksek sesle okuyup ölçek maddelerinin kendisinde çağrıştırdığı anlamı belirtmeleri ve ölçeği uygun şekilde doldurmaları istenmiştir. Aynı zamanda bu hedef doğrultusunda ölçek, ölçek sahibine mail aracılığıyla iletilmiş ve ölçek sahibinin görüşü alınmıştır. Geri dönüşler dikkate alınarak ölçeğin gerekli görülen maddeleri düzeltilmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda uygun görülen değişikliklere gidilerek ölçeğin son şekli oluşturulmuştur (Bkz. EK-6).

### **3.6.2. Psikometrik Özelliklerin (Güvenirlik ve Geçerlik) İncelenmesi**

#### **Güvenirlik Analizi**

Ölçme aracının içerisinde hatalar bulundurmada ölçme yapabilme yeteneğine güvenilirlik denir (Aker ve diğ. 2005). Diğer bir ifade ile test veya ölçek sonuçlarının kavramsal yapıya ilişkin olguyu doğru bir şekilde ortaya koyması; ölçüm aracının farklı yer ve zamanlarda ve seçilen aynı örneklem özelliğine sahip farklı gruplara uygulandığında, benzer sonuçlar vermesi güvenilirlik olarak adlandırılmaktadır. Ölçeği uygulama biçimine göre ölçeğin yapılacak güvenilirlik analizleri değişmektedir. Psikometriciler iç tutarlılık, test-yeniden test, paralel formlar güvenilirliği ve gözlemciler arası güvenilirlik analizi olmak üzere güvenilirlik analizlerini dört grupta sınıflandırmışlardır. İfade edilen dört güvenilirlik analizleri, uygulama ve form sayısına göre Tablo 3.6.2.1’de gösterilmektedir (Şencan,2005).

Tablo 3.6.2.1 Güvenirlik Analiz Yöntemleri

		Form Sayısı	
		Tek	İki
Uygulama Sayısı	Tek	<b>İç Tutarlılık Güvenirliği</b>	<b>Paralel Formlar</b>
		Cronbach Alfa	Spearman-Brown
		Yarı Yarıya Bölme	Korelasyon Analizi
		Spearman-Brown	Guttman Formülü
		Guttman Formülü	Varyans Analizi
		Rulon Formülü	
		Korelasyon Analizi	
		Lambda 4	
		Theta	
		Omega	
	Kuder-Richardson 20		
	Kuder-Richardson 21		
	Faktör Analizi		
	Hoyt Varyans Analizi		
	<b>Gözlemciler Arası Güvenirlik</b>		
	Uyuşma İndeksi		
	Cohen Kappa		
	Korelasyon(r.rho,tau)		
	Phi		
	Tekrarlamalı TYVA		
Regresyon Analizi			
Genellenebilirlik Güvenirliği			
Genellenebilirlik Katsayısı			
Dayanıklılık İndeksi			
İki	<b>Test-yeniden Test Güvenirliği</b>	<b>Paralel Formlar</b>	
	Pearson Korelasyon Analizi	Korelasyon Analizi	
	Küme içi Korelasyon(n<15)	Varyans Analizi	
	Kappa (kategorik verilerde)		
	Varyans Analizi		
	Tekrarlanabilirlik katsayısı		
	t-Testi		
	<b>Gözlem içi test</b>		
Uyuşma İndeksi			
Korelasyon(r.rho,tau)			

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği 'nin güvenilirlik analizi için değişmezlik, iç tutarlılık ve paralel formlar analizi yöntemleri kullanılmıştır. İç tutarlılık güvenilirliğinde, tek bir ölçüm aracı belirlenerek ve tek bir ölçüm uygulanarak maddelerin belirli bir kavramsal yapıyı tutarlı bir şekilde ölçüp ölçmediği ortaya konulmaktadır. Paralel formlar analizi güvenilirlik analizlerinden biridir. Bu bağlamda güvenilirlik, uyarlanan ölçek ve bu ölçekle birlikte uygulanabilen belirli alternatif formlar arasında yüksek derecede ilişki bulunması ile elde edilmektedir. Paralel formlar yöntemi, daha çok psikometrik testler için kullanılmaktadır. Paralel formlar uygulamasında, her iki test birbirinden bağımsız olarak ya da birlikte uygulanarak korelasyon analizi sonucuna bakılmaktadır. Bu yöntem kapsamında SDYÖ ile birbirinden bağımsız olarak DEBQ Duygusal Alt Ölçeği katılımcılara birlikte sunulmuştur. İki form arasındaki ilişkiyi belirlemede, SDYÖ ölçeğinin normal dağılım göstermediği göz önüne alınarak Spearman (rho) analiz yöntemi kullanılmıştır (Şencan,2005). Cronbach alfa değeri; likert tipi ölçeklerde, anlamsal farklılık ölçeklerinde, psikometrik testler vb. ölçüm araçlarında maddelerin birbirleriyle tutarlı olup olmadığını ve maddelerin varsayımsal bir faktörü ölçüp ölçmediğini belirlemektedir. Cronbach alpha güvenilirlik değerinin 0,70'den büyük olması beklenilmektedir. Cronbach alpha değeri Tablo 3.6.2.2'de ifade edildiği gibi değerlendirilmektedir. Alfa değerinin artması, ölçekteki madde sayısına bağlıdır. Bu nedenle 0,8'lik bir Cronbach alpha değerinin uygun bir hedef olduğu belirtilmektedir (Gliem ve Gliem, 2003).

Tablo 3.6.2.2 Cronbach Alfa Katsayısı Analiz Yorumu

<b>Cronbach Alfa Katsayısı</b>	<b>Analiz Yorumu</b>
>0,90	Mükemmel
>0,80	İyi
>0,70	Kabul Edilebilir
0,60-0,70	Kuşkulu
0,50-0,60	Zayıf
< 0,50	Kabul Edilemez

Mc Donald's Omega değeri ise Heise ve Bohrnstedt tarafından geliştirilmiş ve çok boyutlu ölçekler için kullanılan iç tutarlılık analiz yöntemidir. Mc Donald's Omega analizi ölçekteki maddelerin faktör analizi yöntemi uygulanarak maddelerin ortak varyansının belirlenmesidir. Omega katsayısı 0 ila 1 arasında değişmektedir (Şencan,2005). Omega katsayısı için 0,50'yi aşması ileri sürülmekte ancak 0,75 üzeri olması gerektiği ifade edilmektedir (Watkins ve diğ. 2017). Diğer güvenilirlik analizi olan paralel formlar yönteminde aynı davranış durumlarını temsil edebilecek farklı maddeler ortaya konarak iki eşdeğer form oluşturulmaktadır. Hedef ölçeğin yanı sıra kullanılan referans test (ölçek) arasındaki ilişkiye bakılmaktadır (Karaçam, 2019) (Ercan ve Kan, 2004).

Test-yeniden test güvenilirliğinde ölçek aynı örneklem grubuna belirli zaman aralıklarında tekrar uygulanmaktadır. Tekrar test analizinde ise uyarlanan ölçeğin, zamana göre değişmezlik gösterebilme gücü ve uygulamadan uygulamaya tutarlı sonuçlar verebilmesi incelenmektedir. Çalışmada tekrar test analizi için ilk uygulamadan 3 hafta sonrasında 30 kişiden anketi tekrar doldurmaları istenmiştir. Elde edilen veriler analiz edilmiştir. Test-tekrar test güvenilirliği analizinde, ölçeğin farklı zamanlarda uygulanmasından sonra ortaya çıkan iki test sonucu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığı, eşleştirilmiş iki grup arasındaki farkların testi (paired sample test) ile ortaya konulmaktadır. İstatistiksel olarak anlamlı bir fark olmaması durumunda iki test sonucu arasındaki tutarlılık için korelasyon incelenerek "kararlılık/güvenirlik katsayısı" belirlenmektedir. Bu katsayının en az 0,80 olması gerektiği belirtilirken, 0,70 güvenilirlik katsayısının yeterli olduğunu belirten ifadeler mevcuttur (Şencan,2005) (Çam ve Baysan Arabacı, 2010) (Aktürk, 2012).

### **Geçerlik Analizi**

Geçerlik; ölçme aracının kullanılma amacına hizmet etme derecesi olarak tanımlanmaktadır (Aker ve diğ. 2005). Geçerli bir ölçek aynı zamanda güvenilir olabilmekte ancak güvenilirliği yüksek bir ölçek geçerli olmayabilmektedir. Ölçeğin geçerliği içerik, yüzey ve yapı geçerliği başlıkları altında değerlendirilebilmektedir (Çakmur, 2012). Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği' nin geçerlik analizi için kapsam ve yüzey geçerliliğinin yanı sıra yapısal geçerlilik analiz yöntemleri kullanılmıştır.

Kapsam ve yüzey geçerliliğinin nasıl değerlendirildiğine dair ayrıntılı açıklama bölüm 3.6.1’de yer verilmiştir. Yapı geçerliğini analiz etmek için açıklayıcı (AFA) ve doğrulayıcı faktör analiz yöntemi (DFA) olmak üzere iki faktör analiz yöntemi kullanılmıştır. Faktör analizinde ölçeğin çok sayıda değişkeni daha küçük bir değişkenler grubuna (faktör) indirgenmektedir. Ayrıca analiz, ölçülen değişkenler ve gizli yapılar arasında temel boyutlar kurmaktadır ve böylece teorinin oluşturulmasına ve iyileştirilmesine izin vermektedir (Williams ve diğ. 2010). Açıklayıcı faktör analizinde, değişkenler arasındaki ilişkiler göz önünde bulundurularak faktör belirleme, teori üretmeye yönelik bir işlem söz konusu iken; doğrulayıcı faktör analizinde ise değişkenler arasındaki ilişkiye dair daha önce belirlenen bir modelin test edilmesi söz konusudur (Büyüköztürk, 2002). Orçan (2018)’de ifade edildiği gibi ölçek uyarılma çalışmalarında sadece DFA kullanımının ölçek çevirisine bağlı olarak model uyumunda sorunlara yol açabileceği dikkate alınarak ilk olarak açıklayıcı faktör analizi ve ardından DFA yapılmıştır (Orçan, 2018).

Açıklayıcı faktör analizi (AFA), çok değişkenli istatistiklerde, büyük bir değişken kümesinin temel yapısını göreceli olarak ortaya çıkarmak için kullanılan istatistiksel bir analizdir (Eşmekaya, 2019). Diğer bir ifadeyle ölçekteki soruların katılımcılar tarafından kaç farklı boyutta algılandığını veya kavramları açıklayan boyutların belirlenmesini sağlamaktadır (Kaya ve Doğan, 2014). Açıklayıcı faktör analizinin yapılabilmesi için öncelikle verilerin analiz uygunluğunun belirlenmesi gerekmektedir. Veri kümesinin faktör analizi için uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla Barlett’in Küresellik ve Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Testi yöntemleri kullanılmaktadır (Eşmekaya, 2019). Bartlett’in Küresellik Testi değişkenler arasında yeterli oranda ilişkinin varlığını belirtmektedir. Bartlett’in Küresellik Testinin p değeri 0,05 anlamlılık derecesinden düşük ise değişkenler arasında faktör analizi için yeterli seviyede ilişkinin var olduğu anlaşılmaktadır (Öztürk ve Babacan, 2012). Faktör analizini yapabilmek için KMO oranının 0,5 ve üzerinde olması gerekmektedir. KMO Testi belirlenen korelasyon değerlerinin ve kısmi korelasyon değerlerinin büyüklüğünü kıyaslayan testtir. KMO değeri kısmi korelasyon katsayılarının (q) karelerinin toplamı, korelasyon katsayılarının (r) karelerine oranlanarak hesaplanmaktadır. KMO Testinin değerlendirilmesi için önerilen kılavuz Tablo 3.6.2.3’de gösterilmektedir (Beavers ve diğ. 2013).

Tablo 3.6.2.3 KMO Değeri ve Yorumlaması

<b>KMO Değer Aralığı</b>	<b>Değerlendirme</b>
0,90-1,00 arası	Muhteşem
0,80-0,89 arası	Çok İyi
0,70-0,79 arası	İyi
0,60-0,69 arası	Orta
0,50-0,59 arası	Kabul Edilebilir

Açıklayıcı faktör analizi sonuçlarını yorumlamada değişkenler ile faktörler arasındaki korelasyonlar olarak değerlendirilen faktör yükleri önemlidir. Faktör yüklerinin yüksek olması, değişkenin söz konusu faktör altında bulunabileceğini göstermektedir. Faktör yüklerinin yeterli görülen ölçüt değeri 0,30 olarak kabul edilmektedir (Akin ve diğ. 2007). Faktör yüklerinde 0,60 ve üstü yük değeri yüksek; 0,30-0,59 arası yük değeri orta düzeyde büyüklük olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, 2002). Korelasyon matrisinin oluşturulması evresinde değişkenler arasındaki 0,30'u aşan bir korelasyon yoksa, araştırmacı faktör analizinin kullanılacak uygun istatistiksel yöntem olup olmadığını yeniden gözden geçirmelidir (Williams ve diğ. 2010). Açıklayıcı faktör analizinde yüksek iki yük değeri arasındaki farkın en az 0,10 olması tavsiye edilmektedir (Dilekçi ve Nartgün, 2020). Açıklayıcı faktör analizinde, faktör sayısının belirlenmesi için öz değerler (Eigenvalue) ve yamaç birikinti grafiği (Scree-plot) kullanılmıştır. Öz değer faktörlerce açıklanan varyansı hesaplamada ve faktör sayısına karar vermede dikkate alınan katsayıdır. Faktörler öz değerinin 1'den büyük olması anlamlı kabul edilmektedir. Yamaç birikinti grafiği yöntemi, faktörlerin öz değerlerine dayalı olarak çizilmektedir. Grafikte yüksek ivmeli hızlı düşüşler faktör sayısını vermektedir. Faktör analiz yönteminde açıklanan varyans tablosu da önem arz etmektedir. Açıklanan varyans, 1'in üzerinde olan öz değerlerin toplamının, toplam ifade sayısına bölünüp yüzdesinin alınması ile elde edilmektedir. Açıklanan varyansın toplam varyans üzerinden %50'yi geçmesinin önemli olduğu



belirtilmektedir (Murat Yaşlıoğlu, 2017). Bu bilgiye ek olarak bir ölçme aracının geçerli sayılabilmesi için çok faktörlü bir ölçeğin kümülatif değerinin en az %40 olması gerektiğini belirten ifadeler de vardır. Analiz sonucunda elde edilen varyans oranlarının büyük olması ölçeğin faktör yapısının o kadar güçlü olduğunu ve bu değerin %40 ile %60 arasında olmasının ise yeterli olduğunu göstermektedir (Deniz ve Demir, 2017).

DFA, gözlemlenen veriler ile gizli faktörler ve bunların gözlenen gösterge değişkenleri arasındaki nedensel varsayım ilişkilerini belirleyen, teorik olarak temellendirilmiş model arasındaki uyumun değerlendirilmesine izin veren bir analiz yöntemidir (Mueller ve Hancock, 2001). DFA bu yönü ile geçerlik ve güvenilirlik analiz sürecinde önemli bir yere sahiptir (Çapık, 2014). Değerşken gruplarının hangi faktör ile yüksek düzeyde ilişkili olduğunu test etmek için AFA analizi kullanılmaktadır. Belirlenen k sayıda faktöre katkıda bulunan değerşken gruplarının bu faktörler ile yeterince temsil edilip edilmediğinin belirlenmesi için ise DFA analizi yapılmaktadır (Aytaç, 2012).

Diğer yandan gözlenen değerşkenler ile bu gözlenen değerşkenler aracılığıyla ölçüldüğü kabul edilen modeller arasındaki ilişkileri test etmek için kullanılan yapısal eşitlik modeline DFA adı verilmektedir. Bu yönüyle AFA'dan ayrılmaktadır ve AFA'dan farklı olarak modeli değerlendirmek için birçok model uyum ölçütleri üretmektedir. Bu amaçla DFA, Mplus, LISREL, AMOS gibi özel amaçlı yazılım paketleri gerektirmektedir (Albright ve Park, 2009). AMOS grafikleri aracılığıyla, DFA'daki değerşkenler arasındaki ilişkileri temsil eden bir yol diyagramı çizerek modelin belirlenmesine olanak tanımaktadır (El-Sheikh ve diğer., 2017). Maximum likelihood (ML), Generalized least squares (GLS) Unweighted least squares (ULS), Asymptotically distribution free (ADF), Scale free least squares (SFLS) gibi tahmin yöntemleri DFA'da kullanılmaktadır (Gaffney ve diğer.2003). Doğrulatoryıcı faktör analizinde kullanılacak tahmin yöntemini belirlemeden önce gözlenen değerşkenlere çok değerşkenli normallik testi uygulanmalıdır (Beşkardeşler, 2018). Kline (2011), ölçeğin çok değerşkenli basıklık değerinin 8 den büyük olması durumunda veri setinin çok değerşkenli normal dağılım göstermediğini ifade etmiştir (Kline, 2011). DFA model tahmininde ML, GLS ve ULS tahmin yöntemleri, örneklem sayısının fazla

olması ve verilerin normal dağılımdan gelmesi gerekmektedir (Aytaç ve Öngen, 2005). ADF normal dağılımdan bağımsız olarak DFA analizinde kullanılabilen tahmin yöntemidir (Byrne, 2016). ADF yönteminin psikolojik süreç modellerinin yeterliliği ile ilgili yanlış kararlara yol açabileceği belirtilmiştir (Yung ve Bentler, 1994). Çok değişkenli normal dağılım göstermeyen verilerin analizinde 'Bootstrap' yönteminin kullanılması kabul görmektedir. Bu teknik, ilk olarak 1979 - 1982 yılları arasında Efron tarafından ortaya çıkarılmış ve daha sonra 1992 yılında Kotz ve Johnson tarafından istatistik alanında önemli bir etkiye sahip olduğu vurgulanmıştır. Bu teknikte, mevcut veri setinden daha büyük veri setleri oluşturmak üzere yeniden örnekleme yapılmaktadır (Zhu, 1997). Bootstrap tekniğine bağlı olarak, yapısal eşitlik analizinde bir bütün olarak modele göre uyum iyiliği endekslerinin kararlılığı test edilebilmektedir (Bollen ve Stine, 1992). Nitekim veriler normal dağılmadığında elde edilen Bootstrap tahmin değerleri, standart ML tahmin değerlerinden daha az yanlışlık göstermektedir (Byrne, 2016). Mevcut çalışmada AMOS programında Bollen–Stine bootstrap tekniği kullanılarak ML model uyum indeksleri değerlendirilmiştir.

DFA daha önceden geliştirilmiş ölçeğin, bir model olarak doğrulanıp doğrulanmadığının test edildiği bir analizdir. Belirli bir model ile veriler arasındaki uygunluk derecesi, çeşitli ölçütlerin kullanılmasıyla değerlendirilebilmektedir. Ki Kare ( $\chi^2$ ) model uyumunu test etmek amacıyla incelenen ilk uyum indekslerinden biridir.  $\chi^2$  uyum indeksinin anlamlı olmayan değeri, ( $p \geq 05$ ) modelin, verilerin makul bir temsili olduğunu bu sayede modelin uyumlu olduğunu öne sürmektedir. Ki-kare istatistiği örneklem büyüklüğünden çokça etkilenmektedir bu nedenle örneklemden daha az etkilenen  $\chi^2 /sd$  oranı bunun yerine kullanılan indekslerdendir.  $\chi^2$  değerinin serbestlik derecesine bölünmesiyle elde edilen bu değer iki veya altında olmalıdır ancak değer beş ve daha az olması da kabul edilebilir değer aralığındadır (Bagozzi ve Heatherton, 2009) (İlhan ve Çetin., 2014).

$\chi^2$  'nin dışında model uyumunu test etmek için birbirinden farklı çok sayıda uyum indeksi kullanılmaktadır. Tahmin hatalarının ortalamasının karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), iyilik uyum indeksi (Goodness of Fit Index, GFI), düzeltilmiş iyilik uyum indeksi (Adjustment Goodness of Fit Index, AGFI), görel uyum indeksi (Relative Fit Index, RFI), hata kareleri ortalamasının

karekökü indeksi (Root-mean square residual, RMR), standartlaştırılmış hata kareleri ortalamasının karekökü indeksi (Standardized Root Mean Square Residual, SRMR), karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index, CFI), fazlalık uyum indeksi (Incremental Fit Index, IFI), normlaştırılmış uyum indeksi (Normed Fit Index, NFI) model uyumunu değerlendirmek amacıyla kullanılan uyum indeksleri arasında gösterilmektedir. Uyum İndeksleri ve kabul edilebilir değerleri aşağıdaki Tablo 3.6.2.4’de gösterilmektedir (Schumacker ve Lomax, 2012) (Sümer, 2000) (Öztürk ve Doğanay, 2017).

Tablo 3.6.2.4 Model Uyum İndeksleri ve Kabul Edilebilir Uyum Yorumu

Model Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum Ölçütü	Kabul Edilebilir Değer	Değerlendirme
$\chi^2/sd$	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 5$	İyi uyum
<b>GFI</b>	$0,95 \leq GFI \leq 1,00$	$0,90 \leq GFI \leq 0,95$	İyi uyum
<b>AGFI</b>	$0,90 \leq AGFI \leq 1,00$	$0,85 \leq AGFI \leq 0,90$	İyi uyum
<b>CFI</b>	$0,95 \leq CFI \leq 1,00$	$0,90 \leq CFI \leq 0,95$	İyi uyum
<b>SRMR</b>	$0,00 \leq SRMR \leq 0,05$	$0,05 \leq SRMR \leq 0,10$	Yakın uyum
<b>RMSEA</b>	$0,00 \leq RMSEA \leq 0,05$	$0,05 \leq RMSEA \leq 0,08$	İyi uyum
<b>IFI</b>	$0,95 \leq IFI \leq 1,00$	$0,90 \leq IFI \leq 0,95$	İyi uyum
<b>NFI</b>	$0,95 \leq NFI \leq 1,00$	$0,90 \leq NFI \leq 0,95$	İyi uyum
<b>TLI</b>	$0,95 \leq TLI \leq 1,00$	$0,90 \leq TLI \leq 0,95$	İyi uyum

Tablo 3.6.2.4’de belirtilen aralıklar mükemmel uyum ve kabul edilebilir değeri ifade etmektedir. RMSEA gibi uyum indekslerinin kabul edilebilir aralıkları farklılık göstermektedir. Nitekim RMSEA kabul edilebilir aralığı  $0,05 \leq RMSEA \leq 0,10$  olarak belirten çalışmalar mevcuttur (Doğan,2013) (Ergül ve Yılmaz,2020). Bu değer aksine Özdamar ve arkadaşları (2012) ise RMSEA’ nın kabul edilebilir değer aralığını  $0,05 \leq RMSEA \leq 0$  olarak ifade etmiştir (Özdamar ve diğ.2012).

## 4. BULGULAR

Bu bölümde Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrencileri, akademik ve idari personelleri ile gerçekleştirilen Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SDYÖ) Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik çalışmasından elde edilen bulgular; Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Yönelik Bulgular, Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Analizi Bulguları olmak üzere üç başlık altında toplanmıştır.

### 4.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Yönelik Bulgular

Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Yönelik Bulgularda SDYÖ alt boyut puanları ile cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, meslek, aylık gelir düzeyinin oluşturduğu tanımlayıcı özellikler ve sigara kullanma, egzersiz yapma durumu, uyku süresi gibi alışkanlıkların ilişkisine bakılmıştır.

Araştırma grubunun yaş ortalaması  $22,11 \pm 4,88$  (18-50 yaş aralığında) yıldır. Katılımcıların % 89,1'ini kadın bireyler, % 10,9'unu erkek bireyler oluşturmaktadır. Bireylerin % 94,7'sinin bekâr olduğu % 16,3'ünün evli olduğu görülmektedir. Katılımcılar; % 96'sı öğrenci, % 2'si akademisyen, % 2'si idari personel meslek gruplarından oluşmaktadır. Bu orana paralel olarak eğitim seviyesinin % 4 oranında lise, % 93,1 oranında üniversite % 3 oranında lisansüstü olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların BKİ' sine bakıldığında sırası ile en fazla % 67,3 oranında normal BKİ grubu bireylerden, % 15,8 oranında hafif şişman BKİ grubu bireylerden, % 13,9 oranında zayıf BKİ grubu bireylerden, % 3 oranında ise şişman BKİ grubu bireylerden oluştuğu görülmüştür. Katılımcıların % 13,9 'u sigara kullanırken, % 67,3' ü düzenli egzersiz yapma (haftada en az üç gün/ en az 30 dk) alışkanlığına sahip olmadığı tespit edilmiştir. Kişilerin gelir miktarları, uyku süresi ve yukarıda bahsedilen diğer demografik özelliklere ait veriler Tablo 4.1.1'de gösterilmektedir.

Tablo 4.1.1 Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Dağılımı (n =303)

Değişken	n	%	Değişken	n	%
<b>Cinsiyet</b>			<b>Egzersiz Alışkanlığı</b>		
Kadın	270	89,1	Evet	99	32,7
Erkek	33	10,9	Hayır	204	67,3
<b>Medeni Durum</b>			<b>Sigara Kullanma Alışkanlığı</b>		
Bekâr	287	94,7	Evet	42	13,9
Evli	16	5,3	Hayır	261	86,1
<b>Meslek</b>			<b>Uyku Süresi</b>		
Öğrenci	291	96	<6 saat	21	6,9
Akademik personel	6	2	6-8 saat	217	71,6
İdari personel	6	2	8 saat <	65	21,5
<b>Aylık Gelir Düzeyi</b>			<b>Beden Kütle İndeksi (BKİ)</b>		
0-2800 TL	244	80,5	Zayıf	42	13,9
2801-5000 TL	33	10,9	Normal	204	67,3
5001-7500 TL	16	5,3	Hafif şişman	48	15,8
7500TL<	10	3,3	Şişman	9	3
<b>Toplam</b>	<b>303</b>	<b>100</b>	<b>Toplam</b>	<b>303</b>	<b>100</b>

Sosyodemografik değişkenlere göre BKİ değerlendirildiğinde; kadınların BKİ değerlerinin erkeklerden anlamlı derecede düşük olduğu görüldü. Cinsiyet değişkeninin yanı sıra medeni durum değişkeni ile BKİ değerleri arasında ilişkiye bakıldığında anlamlı bir fark olduğu tespit edildi. Evli bireylerin BKİ değerleri bekâr bireylere göre anlamlı derecede yüksekti. Aynı zamanda kişinin sigara kullanma durumu ile BKİ değerleri arasında anlamlı farklılık mevcuttu. Sigara kullanan bireylerin BKİ değerleri, kullanmayanlardan anlamlı derecede daha yüksekti. Kişinin eğitim durumu, mesleği, gelir düzeyi, düzenli egzersiz yapma durumu, uyku süresi gibi diğer değişkenler arasında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Bu bulgulardan bazılarını Tablo 4.1.2’ de yer verilmiştir.

Tablo 4.1.2 Katılımcıların Sosyodemografik Değişkenlerine Göre BKİ Değerleri

Değişkenler	n	BKİ Değerleri				p
		Ortalama ± SS	Minimum	Ortanca	Maksimum	
<b>Cinsiyet <sup>a</sup></b>						
Kadın	270	21,78±3,42	13,67	21,25	35,75	<b>0,001&lt;***</b>
Erkek	33	24,51±3,61	18,31	24,09	33,73	
<b>Egzersiz Alışkanlığı <sup>a</sup></b>						
Evet	99	22,33±3,55	13,67	21,73	34,11	0,23
Hayır	204	21,95±3,54	15,94	21,27	35,75	
<b>Uyku Süresi <sup>b</sup></b>						
≤ 6	21	23,02±3,33	16,82	22,98	30,78	0,21
6-8 saat	217	22,15±3,73	13,67	21,45	35,75	
≥ 8	65	21,51±2,84	15,94	21,25	28,29	
<b>Medeni Durum <sup>a</sup></b>						
Bekâr	287	21,89±3,41	13,67	21,35	35,75	<b>0,001≤***</b>
Evli	16	25,38±3,41	19,47	25,01	34,29	
<b>Sigara İçme Alışkanlığı <sup>a</sup></b>						
Evet	42	23,29±3,64	18,29	22,16	31,25	<b>0,018&lt;*</b>
Hayır	261	21,88±3,49	13,67	21,35	35,75	

<sup>a</sup> Mann Whitney U Testi <sup>b</sup> Kruskal Wallis test, \* p<0,05, \*\*\*p ≤0,001

Katılımcıların BKİ değerlerinin SDYÖ alt ölçekleri arasındaki ilişkisine bakıldığında, SDYÖ mutluluk alt ölçeği ile negatif bir korelasyon gösterdiği belirlendi. SDYÖ üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçekleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiği tespit edildi. Yaş değişkeninin diğer değişkenlerle ilişkisine bakıldığında BKİ değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görüldü. SDYÖ 'nün mutluluk, üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçek puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı herhangi bir ilişkiye rastlanılmadı (Tablo 4.1.3).

Tablo 4.1.3 Katılımcıların BKİ, Yaş, Değerlerinin SDYÖ Alt Ölçekleri ve DEBQ Duygusal Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon

	1	2	3	4	5	6
<b>1.BKİ (kg/m<sup>2</sup>)</b>	-					
<b>2.Yaş (yıl)</b>	,174**	-				
<b>3.SDYÖ Mutluluk</b>	-,113*	,025	-			
<b>4. SDYÖ Üzüntü</b>	,254**	,023	,006	-		
<b>5. SDYÖ Kızgınlık</b>	,171**	,003	,001	,698**	-	
<b>6. SDYÖ Kaygı</b>	,179**	,040	,053	,511**	,653**	-

\* p< 0,05 \*\* p< 0,01

Mevcut çalışmada, Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği alt boyut puanlarının katılımcıların tanımlayıcı özellikleri ve alışkanlıkları arasında karşılaştırılmasına da yer verilmiştir. Tablo 4.1.4' de belirtilen tanımlayıcı özelliklerle SDYÖ' nün alt ölçek puanları arasındaki ilişkiye bakıldığında cinsiyet değişkenine göre SDYÖ' nün mutluluk, üzüntü, kızgınlık, kaygı alt boyut puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Aynı şekilde bireyin medeni durum, eğitim seviyesi, mesleği, aylık gelir düzeyini belirten diğer tanımlayıcı özellikler arasında SDYÖ' nün alt boyut puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Tablo 4.1.4 Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine göre SDYÖ Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler	SDYÖ Alt Ölçek Puanları				
	n	Mutluluk $\bar{x} \pm SS$	Üzüntü $\bar{x} \pm SS$	Kızgınlık $\bar{x} \pm SS$	Kaygı $\bar{x} \pm SS$
<b>Cinsiyet<sup>a</sup></b>					
Kadın	270	2,95±0,72	2,70±1,13	2,45±1,13	2,18±1,03
Erkek	33	2,98±0,69	2,48±1,14	2,23±0,96	2,27±0,83
<b>p<sup>a</sup></b>		0,64	0,27	0,20	0,33
<b>Medeni Durum<sup>a</sup></b>					
Bekâr	287	2,97±0,71	2,68±1,14	2,43±1,02	2,18±1,01
Evli	16	2,73±0,87	2,58±0,95	2,38±0,77	2,37±0,11
<b>p<sup>b</sup></b>		0,399	0,832	0,768	0,525
<b>Eğitim Seviyesi<sup>b</sup></b>					
Lise	12	2,91±0,53	2,80±1,43	2,58±1,37	2,36±1,41
Üniversite	282	2,96±0,72	2,66±1,12	2,41±1,00	2,16±0,99
Lisansüstü	9	2,93±0,82	2,77±1,04	2,77±0,91	2,86±1,08
<b>p<sup>b</sup></b>		0,929	0,895	0,515	0,127
<b>Meslek<sup>b</sup></b>					
Öğrenci	291	2,96±0,71	2,67±1,14	2,43±1,02	2,17±1,01
Akademisyen	6	2,73±0,93	2,83±1,09	2,96±1,00	3,20±1,20
İdari Personel	6	2,93±1,02	2,63±0,68	1,90±0,35	1,93±0,16
<b>p<sup>b</sup></b>		0,713	0,904	0,172	0,099
<b>Aylık Gelir Düzeyi<sup>b</sup></b>					
0-2800 TL	244	2,99±0,70	2,68±1,12	2,44±1,02	2,19±0,98
2801-5000 TL	33	2,93±0,76	2,35±1,07	2,16±0,97	2,01±1,05
5001-7500 TL	16	2,68±0,82	3,00±1,27	2,62±1,05	2,31±1,20
7500-10.000 TL	6	2,36±0,86	3,40±0,97	3,06±0,95	3,10±1,39
10.000TL üzeri	4	3,10±0,20	2,65±1,64	2,05±0,77	1,80 ±0,54
<b>p<sup>b</sup></b>		0,167	0,189	0,215	0,330

<sup>a</sup> Mann Whitney U Testi <sup>b</sup> Kruskal Wallis test, p<0,05

SDYÖ alt ölçek puanlarının kişinin alışkanlıklarına göre farklılık gösterip göstermeyeceği de analiz edilmiştir. Bireyin düzenli egzersiz yapma durumu ile ölçeğin üzüntü ve mutluluk alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu belirtilmiştir. Düzenli egzersiz yapmayanların (3,02±0,75) mutluluk alt ölçek puanları düzenli egzersiz yapanlara kıyasla (2,82±0,63) anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu ifadenin aksine düzenli egzersiz yapanların (2,86±1,12)



düzenli egzersiz yapmayanlara (2,58±1,12) göre üzüntü alt ölçek puanlarının, anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.1.5).

Tablo 4.1.5 Katılımcıların Alışkanlıklarına göre SDYÖ Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

Alışkanlıklar	SDYÖ Alt Ölçek Puanları				
		Mutluluk	Üzüntü	Kızgınlık	Kaygı
	n	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$
<b>Egzersiz Alışkanlığı</b>					
Evet	99	2,82±0,63	2,86±1,12	2,55±1,01	2,22±1,01
Hayır	204	3,02±0,75	2,58±1,12	2,36±1,01	2,17±1,01
<b>p<sup>a</sup></b>		<b>*0,012</b>	<b>*0,042</b>	0,120	0,695
<b>Uyku Süresi</b>					
6 saatten az	21	3,05±0,85	2,67±1,31	2,55±1,28	2,50±1,22
6-8 saat arası	217	3,00±0,70	2,72±1,12	2,44±0,99	2,14±0,98
8 saatten fazla	65	2,79±0,70	2,51±1,11	2,33±1,02	2,26±1,05
<b>p<sup>b</sup></b>		0,124	0,388	0,538	0,396
<b>Sigara İçme Alışkanlığı</b>					
Evet	42	2,92±0,72	2,80±1,21	2,71±1,15	2,25±1,11
Hayır	261	2,96±0,72	2,65±1,21	2,38±0,99	2,18±1,00
<b>p<sup>a</sup></b>		0,689	0,540	0,144	0,902
<sup>a</sup> Mann Whitney U Testi <sup>b</sup> Kruskal Wallis test, * p<0,05					

Bu bulgulara ek olarak bireylerin BKİ değerlerine göre SDYÖ alt ölçek puanları karşılaştırılmıştır. BKİ değerine göre şişman sınıfında bulunan kişilerin az olması sebebiyle hafif şişman ve şişman BKİ sınıfında bulunan kişiler bir grupta toplanmıştır. Yapılan düzenlemeler sonucunda BKİ sınıflandırması zayıf, normal ve hafif şişman-şişman olarak ayrılmıştır. Uygulanan Kruskal Wallis analizinde kişinin BKİ değerleri arasında SDYÖ üzüntü alt ölçek puanları anlamlı derecede farklılık göstermiştir. BKİ değişkeni arasında anlamlı farklılığı oluşturan grubu tespit etmek amacıyla posthoc testi yapılmıştır.

BKİ sınıfı hafif şişman ve şişman olanların, SDYÖ'nün üzüntü alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının zayıf olanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ( $p=0,014$ ). Normal BKİ grubunda olanların ise üzüntü alt ölçeği puan ortalamaları, zayıf bireylerden daha yüksek olduğu tespit edilmiş ancak fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p=0,094$ ). DEBQ duygusal alt ölçek puan ortalamaları, BKİ değerlerine göre zayıf olan gruptan hafif şişman ve şişman olan gruba doğru gidildikçe, anlamlı derecede arttığı görülmüştür ( $p<0,001$ ) (Tablo 4.1.6).

Tablo 4.1.6 Katılımcıların BKİ durumlarına göre SDYÖ Alt Boyutları ve DEBQ Duygusal Alt Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

BKİ	SDYÖ Alt Ölçek Puanları					DEBQ
	Mutluluk	Üzüntü	Kızgınlık	Kaygı		
	n	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	
Zayıf	42	3,15±0,80	2,29±0,76 <sup>•</sup>	2,22±0,73	1,95±0,73	21,52±7,70
Normal	204	2,92±0,69	2,66±1,12 <sup>•*</sup>	2,40±1,01	2,17±1,02	28,28±11,99
Hafif Şişman/ Şişman	57	2,93±0,75	2,99±1,29 <sup>*</sup>	2,66±1,15	2,41±1,13	34,45±13,44
<b>p</b>		0,19	<b>0,03</b>	0,24	0,19	<b>0,001&lt;</b>

Kruskall Wallis testi (Posthoc Mann Whitney U testi)  $p<0,05$ ; <sup>•</sup>ve<sup>\*</sup> birbirinden farklıdır ( **$p=0,014$** )

#### 4.2. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Geçerlik Analizi Bulguları

SDYÖ'nün geçerlik analizinde, doğrulayıcı ve açıklayıcı faktör analizi yöntemleri kullanıldı. Öncelikle faktör analizini yapmak için örneklem büyüklüğünün uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi yapıldı.

KMO katsayısı 0,897, Bartlett'in Küresellik Testi  $X^2$  değeri 6033,95 ve  $p=0,000$  olarak saptandı (Tablo 4.2.1). KMO katsayısının 0,897 değeri doğrultusunda faktör analizi yapmak için örneklem büyüklüğünün 'çok iyi' durumda olduğu sonucuna ulaşıldı (Beavers ve diğ. 2013). KMO analizinin yanı sıra faktör analizi yapabilmek için değişkenler arasındaki korelasyonların belirlenmesi gerekti.

Bartlett'in Küresellik Testi'nin  $p < 0,001$  değeri faktör analizi yapabilmek için değişkenler arasındaki ilişkinin yeterli olduğunu gösterdi (Öztürk ve Babacan, 2012).

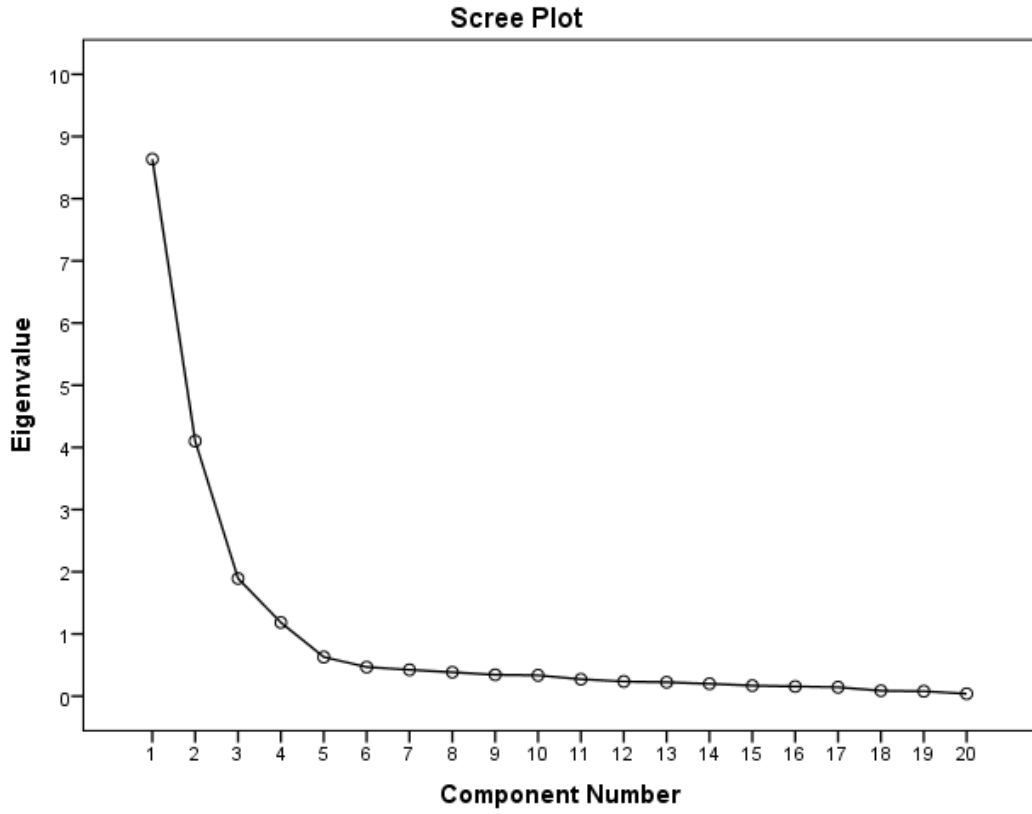
Tablo 4.2.1 KMO ve Bartlett'in Küresellik Testi Sonuçları

<b>KMO Testi</b>	
KMO Katsayısı	,897
<b>Bartlett' in Küresellik Testi</b>	
p	<b>&lt; 0,001*</b>
Ki kare	6033,95
Serbestlik Derecesi	190
<b>* p&lt;0,001 düzeyinde anlamlı</b>	

#### 4.2.1 Açıklayıcı Faktör Analizi Bulguları

SDYÖ'nün yapı geçerliği için açıklayıcı faktör analizi yöntemlerinden temel bileşenler analizi ve yığın grafiği yöntemi kullanılmıştır. SDYÖ'nün AFA'ya göre faktör sayısı Şekil 4.2.1.1.'de gösterilen eş zamanlı Yamaç Birikinti grafiğine bakılarak özdeğeri 1'den büyük olanlar faktör olarak seçilmiştir. SDYÖ'nün faktör yapısını oluşturmak amacıyla yapılan açıklayıcı faktör analizinde, ölçeğin 4 alt boyutu olduğu gözlenmektedir.

Şekil 4.2.1.1'den anlaşılacağı gibi Yamaç birikinti grafiğinde dördüncü faktörden itibaren çizginin diğerlerine göre daha yatay bir şekil aldığı gözlemlenmiştir. Bu bulgu ölçeğin dört faktörlü bir yapıdan oluştuğunu desteklemektedir.



Şekil 4.2.1.1 Yamaç Birikinti Grafiği (Scree-Plot)

Açıklayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin mutluluk alt ölçeğini faktör 2 oluşturmaktadır. Ölçeğin ilk 5 maddesi 0,873- 0,931 arasında değişen faktör yükleri ile bu alt ölçekte yer almaktadır. Ölçeğin 6, 7, 8, 9, 10 numaralı maddeleri 0,562 - 0,839 arasında değişen faktör yükleri ile üzüntü alt ölçeğini oluşturmaktadır. Faktör 3 üzüntü alt ölçeğini kapsamaktadır. Kızgınlık alt ölçeğinin Faktör 4 başlığı altında 0,393 - 0,881 arasında değişen faktör yükü ile 11, 12, 13, 14, 15 maddelerinden meydana geldiği belirlenmiştir. Kaygı alt ölçeği ise, Faktör 1 olarak ölçeğin 16, 17,18, 19, 20 numaralı maddelerinin 0,753 - 0,909 arasında değişen faktör yükleri ile bir araya gelerek ortaya çıkmıştır. Ölçek toplamda dört alt ölçekten oluştuğu sonucuna varılmıştır. İfade edilen bilgiler Tablo 4.2.1.1’de gösterilmektedir.

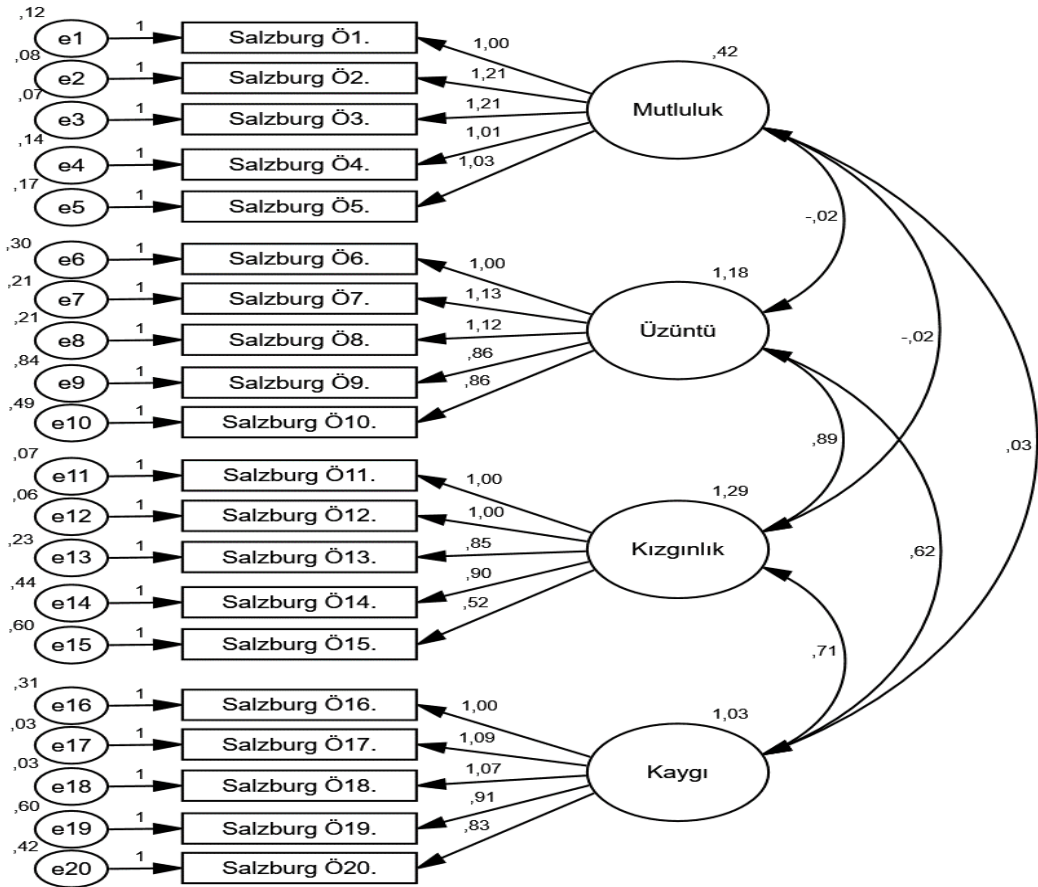
Tablo 4.2.1.1 SDYÖ'nün Faktör Yapısının Değerlendirilmesi

Ölçek Maddeleri	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4
SDYÖ 1.		,897		
SDYÖ 2.		,924		
SDYÖ 3.		,931		
SDYÖ 4.		,873		
SDYÖ 5.		,879		
SDYÖ 6.			,839	
SDYÖ 7.			,854	
SDYÖ 8.			,834	
SDYÖ 9.			,769	
SDYÖ 10.			,562	
SDYÖ 11.				,881
SDYÖ 12.				,875
SDYÖ 13.				,797
SDYÖ 14.				,487
SDYÖ 15.				,393
SDYÖ 16.	,761			
SDYÖ 17.	,875			
SDYÖ 18.	,909			
SDYÖ 19.	,814			
SDYÖ 20.	,753			
Özdeğer	8,636	4,101	1,892	1,184
Varyans %	22,478	20,564	19,206	16,817
Kümülatif Varyans%	43,178	63,685	73,147	79,065

Açıklayıcı faktör analizi sonucunda oluşan faktör tarafından açıklanan varyans oranının belirlenmesinde ve faktör sayısına karar vermede kullanılan katsayı öz değer olarak adlandırılmaktadır. Öz değer faktör yüklerinin kareleri toplamı sonucu elde edilmektedir. Öz değer yükselmesi sonucunda faktörün açıkladığı varyans da yükselmektedir (Patır, 2010). Ölçeğin alt boyutlarının öz değeri 1,18 – 8,6 arasında değişmektedir. Ölçeğin birinci alt boyutu kümülatif varyansın % 43,178'ini, ikinci alt boyutu kümülatif varyansın % 63,68'ini, üçüncü alt boyutu kümülatif varyansın % 73,14'ünü dördüncü alt boyut kümülatif varyansın % 79,06'sını oluşturmaktadır.

#### 4.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları

Doğrulayıcı faktör analizinde kullanılan Bootstrap yöntemi çerçevesinde ML tahmin yöntemi DFA diyagramına göre ölçek mutluluk, üzüntü, kızgınlık ve kaygı olmak üzere dört gizil değişkenden oluşmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde gizil değişkene göre madde dağılımı; mutluluk alt ölçeği için 1, 2, 3, 4, 5 üzüntü alt ölçeği için 6, 7, 8, 9, 10 kızgınlık alt ölçeği için 11, 12, 13, 14, 15 kaygı alt ölçeği için 16, 17, 18, 19, 20 numaralı maddeler şeklinde gerçekleştirilmiştir. Gizil değişkenlerin, gizil değişkenler arasındaki kovaryansların, gözlemlenebilen değişkenler ile gizil değişkenler arasındaki tek yönlü etkinin, bağımsız değişkenlerin hata terimlerinin ifade edildiği DFA diyagramı Şekil 4.2.2.1 'de yer almaktadır.



Şekil 4.2.2.1 SDYÖ için DFA Diyagramı

Tablo 4.2.2.1 AMOS Çok Değişkenli Basıklık Değeri

Değişkenler	Min	Max	Skew	C.R.	Kurtosis	C.R.
SalzburgÖKA20	1,000	5,000	,884	5,889	,227	,755
SalzburgÖKA19	1,000	5,000	,816	5,432	-,274	-,913
SalzburgÖKA18	1,000	5,000	,777	5,174	-,119	-,396
SalzburgÖKA17	1,000	5,000	,764	5,085	-,238	-,792
SalzburgÖKA16	1,000	5,000	,715	4,759	-,341	-1,136
SalzburgÖK15	1,000	5,000	,028	,188	-,268	-,893
SalzburgÖK14	1,000	5,000	,794	5,287	-,360	-1,198
SalzburgÖK13	1,000	5,000	,385	2,566	-,572	-1,904
SalzburgÖK12	1,000	5,000	,518	3,452	-,650	-2,163
SalzburgÖK11	1,000	5,000	,537	3,577	-,591	-1,969
SalzburgÖÜ10	1,000	5,000	,691	4,598	-,416	-1,386
SalzburgÖÜ9	1,000	5,000	-,158	-1,051	-1,153	-3,838
SalzburgÖÜ8	1,000	5,000	,582	3,877	-,857	-2,852
SalzburgÖÜ7	1,000	5,000	,415	2,760	-1,082	-3,601
SalzburgÖÜ6	1,000	5,000	,294	1,957	-,989	-3,293
SalzburgÖM5	1,000	5,000	-,538	-3,580	1,448	4,821
SalzburgÖM4	1,000	5,000	-,601	-4,004	1,500	4,995
SalzburgÖM3	1,000	5,000	-,367	-2,443	,836	2,784
SalzburgÖM2	1,000	5,000	-,416	-2,773	,764	2,544
SalzburgÖM1	1,000	5,000	-,642	-4,278	2,161	7,194
<b>Multivariate</b>					<b>133,845</b>	<b>36,794</b>

Çalışma verilerinin AMOS ile 36,794 olarak hesaplanan kritik değer 8'den büyük olması durumunda çok değişkenli normallik varsayımını sağlamadığı görülmüştür (Tablo 4.2.2.1). Normal dağılım göstermeyen verilerin DFA için 'Bollen–Stine Bootstrap' yöntemine başvurulmuştur. Bootstrap yöntemi AMOS'un hesapladığı birçok istatistik için, çok değişkenli normallik varsayımını yerine getirmek zorunda kalmadan yaklaşık bir standart hata oluşturmak için kullanılmaktadır (Byrne, 2016). Bu doğrultuda bootstrap sonuçları ölçeğin orijinal

ML tahmin yöntemi çıktıları ile karşılaştırılmıştır. Tablo 4.2.2.2’ de yer alan SE sütunu, modeldeki her faktör yükleme parametresi için standart hatanın bootstrap tahminini listelemektedir.

Tablo 4.2.2.2 Bootstrap ML Analizi Faktör Yükleme Standart Hataları

Parametreler			SE	SE-SE	Mean	Bias	SE-Bias
SalzburgÖK11	<---	F3	,000	,000	1,000	,000	,000
SalzburgÖK12	<---	F3	,014	,000	,997	,002	,000
SalzburgÖK13	<---	F3	,031	,001	,857	,003	,001
SalzburgÖK14	<---	F3	,038	,001	,897	,001	,001
SalzburgÖK15	<---	F3	,056	,001	,519	,001	,002
SalzburgÖKA16	<---	F4	,000	,000	1,000	,000	,000
SalzburgÖKA17	<---	F4	,037	,001	1,093	,000	,001
SalzburgÖKA18	<---	F4	,040	,001	1,072	,000	,001
SalzburgÖKA19	<---	F4	,064	,001	,915	,001	,002
SalzburgÖKA20	<---	F4	,052	,001	,833	,001	,002
SalzburgÖM1	<---	F1	,000	,000	1,000	,000	,000
SalzburgÖM2	<---	F1	,058	,001	1,207	,000	,002
SalzburgÖM3	<---	F1	,064	,001	1,208	,001	,002
SalzburgÖM4	<---	F1	,056	,001	1,010	,002	,002
SalzburgÖM5	<---	F1	,061	,001	1,037	,002	,002
SalzburgÖÜ6	<---	F2	,000	,000	1,000	,000	,000
SalzburgÖÜ7	<---	F2	,034	,001	1,136	,002	,001
SalzburgÖÜ8	<---	F2	,040	,001	1,121	,003	,001
SalzburgÖÜ9	<---	F2	,061	,001	,869	,004	,002
SalzburgÖÜ10	<---	F2	,068	,002	,862	,001	,002



Bu değer, 1000 bootstrap örneğinde hesaplanan parametre tahminlerinin standart sapmasını temsil etmektedir. Bu değerler, Tablo 4.2.2.2’ de sunulan yaklaşık ML standart hata tahminleriyle karşılaştırılmış ve S.E.-S.E. sütununda ifade edilmiştir. Bu değerlerin çok küçük olduğu görölmektedir. Bias kısmında verilen değerler, orijinal tahmin ile bootstrap örnekleri arasındaki tahmin ortalamasının farkını temsil etmektedir. Bootstrap örneklerinin ortalama tahmininin orijinal tahminden daha yüksek olması durumunda ortaya çıkan yanlılığın pozitif olduğu görölmektedir.

Tablo 4.2.2.3 Bollen–Stine Bootstrap için Rapor Edilen p Değeri

<b>Bollen–Stine Bootstrap</b>
The model fit better in 1000 bootstrap samples. It fit about equally well in 0 bootstrap samples. It fit worse or failed to fit in 0 bootstrap samples. Testing the null hypothesis that the model is correct, Bollen-Stine bootstrap <b>p = ,001</b>

Tablo 4.2.2.3 DFA modelinin rapor edilen p değeri 0,001 olan 1000 Bootstrap örneğine daha iyi ve Bootstrap yapılmayan örneğine daha kötü uyduğunu belirtmektedir. Verilerin normallik varsayımını yerine getirmek zorunda kalmadan yaklaşık standart hata ortaya koyan Bootstrap yöntemi, doğrulamayı faktör analizi parametrik istatistiklere uygun olduğunu göstermiştir.

SDYÖ ‘nün Bootstrap kapsamında ML model uyum indeks değerlerine bakıldığında  $\chi^2/sd$ , GFI, AGFI’ nin model uyum indeksleri sırası ile 2,468, 0,877; 0,830 ve CFI, RMSEA, NFI, TLI, IFI değerlerinin sırası ile 0,967; 0, 074; 0, 945; 0,958; 0,967 olduğu görölmektedir (Tablo 4.2.2.4).

Tablo 4.2.2.4 SDYÖ' nün DFA Uyum İndeks Değerleri

İndeks	Kabul Edilebilir Değer	SDYÖ
$\chi^2/sd$	$2 \leq \text{veya} \leq 5$	2,468
GFI	$0,90 \leq GFI \leq 0,95$	,877
AGFI	$0,85 \leq AGFI \leq 0,90$	,830
CFI	$0,90 \leq CFI \leq 0,95$	,967
RMSEA	$0,05 \leq RMSEA \leq 0,08$	,074
NFI	$0,90 \leq NFI \leq 0,95$	,945
TLI	$0,90 \leq TLI \leq 0,95$	,958
IFI	$0,90 \leq IFI \leq 0,95$	,967

### 4.3. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Güvenirlik Analizi Bulguları

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği 'nin güvenirlik analizi için değişmezlik, iç tutarlılık ve paralel form yöntemleri kullanılmıştır. İç tutarlılığı belirlemek amacıyla Cronbach alpha ve McDonald's Omega katsayısı hesaplamaları yapılmıştır. Değişmezlik yöntemi çerçevesinde test- tekrar test uygulaması yapılmıştır. Paralel form yöntemi için ölçeğin DEBQ duygusal yeme alt ölçeği ve SDYÖ arasındaki ilişkiyi belirlemede Spearman (rho) kolerasyon analizi uygulanmıştır.

#### 4.3.1. Değişmezlik Analizi Bulguları

SDYÖ' nün güvenirliğini analiz etmek amacıyla bir diğer yöntem olarak Test-Tekrar Test analizi yapılmıştır. Bu analiz kapsamında katılımcıların, belirli aralıklarla uygulanan Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği' ne verdikleri cevaplar incelenmiştir. Verilen cevaplar doğrultusunda SDYÖ' nün üzüntü, kızgınlık ve kaygı alt ölçeklerinin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. İki farklı zamanda uygulanan ölçeğin üzüntü, kızgınlık ve kaygı alt boyutlarının birbirleri arasındaki ilişkiye t-testi kullanılarak bakılmıştır. Normal dağılım göstermediği tespit edilen mutluluk alt ölçeğinin diğer alt ölçeklerle ilişkisi Wilcoxon signed-ranks testi kullanarak belirlenmiştir. Analiz sonucunda alt ölçekler kapsamında verilen cevaplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. SDYÖ alt boyutlarının test-tekrar test analiz sonuçlarına Tablo 4.3.1.1 'de yer verilmiştir.

Tablo 4.3.1.1 SDYÖ Test-Tekrar Test Analizleri

SDYÖ Alt Ölçek Gruplar	n	Ortalama	SS	z/t	p
Mutluluk İlk Test	30	2,83	0,15	0,37	0,71 <sup>a</sup>
Mutluluk Son Test	30	2,95	0,13		
Üzüntü İlk Test	30	2,56	0,19	0,21	0,83 <sup>b</sup>
Üzüntü Son Test	30	2,58	0,18		
Kızgınlık İlk Test	30	2,44	0,17	0,41	0,68 <sup>b</sup>
Kızgınlık Son Test	30	2,48	0,19		
Kaygı İlk Test	30	2,24	1,09	-	0,19 <sup>b</sup>
Kaygı Son Test	30	2,04	0,91	1,33	

<sup>a</sup> Wilcoxon testi, <sup>b</sup> Paired sample t testi, p < 0,05

SDYÖ Test-Tekrar Test Analizi sonucunda alt ölçekler arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüş iki test sonucu arasındaki tutarlılık için korelasyon bakılarak “kararlılık/güvenirlik katsayısı” belirlenmiştir. Bu amaç doğrultusunda Tablo 4.3.1.2’de SDYÖ alt ölçeklerinin güvenilirlik katsayısı yer almaktadır.

Tablo 4.3.1.2 SDYÖ Test-Tekrar Test Analizi Güvenirlik Korelasyonları

SDYÖ Alt Ölçekleri	n	r	p
Üzüntü x Üzüntü	30	0,777	>0,001 <sup>a</sup>
Kızgınlık x Kızgınlık	30	0,825	>0,001 <sup>a</sup>
Kaygı x Kaygı	30	0,698	>0,001 <sup>a</sup>
Mutluluk x Mutluluk	30	0,490	0,006 <sup>b</sup>

<sup>a</sup> Pearson Kolerasyonu, <sup>b</sup> Sperman Kolerasyonu, p < 0,001

### 4.3.2. İç Tutarlılık Analizi Bulguları

Tablo 4.3.2.1 'de verilen ölçek güvenirlik sonuçlarına göre; SDYÖ' nün toplam ölçek güvenirlik Cronbach  $\alpha$  katsayısı 0,924 olarak hesaplanmıştır. Mutluluk, Üzüntü, Kızgınlık, Kaygı alt ölçeklerine göre güvenirlik Cronbach  $\alpha$  katsayısı sırası ile 0,942; 0,913; 0,913; 0,922 olarak tespit edilmiştir. Diğer iç tutarlılık analizlerinden biri olan McDonald's Omega Katsayı ( $\omega$ ) için SDYÖ' nün toplam ölçek güvenirlik katsayısı 0,932 olarak hesaplanmıştır. McDonald's Omega Katsayıları ölçeğin Mutluluk, Üzgünlük, Kızgınlık, Kaygı alt ölçekleri için sırası ile 0,943; 0,917; 0,917; 0,921 olarak belirlenmiştir. SDYÖ'nün toplam ve alt ölçek McDonald's Omega ve Cronbach  $\alpha$  katsayısı ile SDYÖ'nün orijinal formu olan SEES'in alt ölçekler için Cronbach  $\alpha$  katsayısı değerleri Tablo 4.3.2.1'de yer almaktadır (Meule ve diğ. 2018).

Tablo 4.3.2.1 SDYÖ ve SEES'in Alt Ölçeklerinin McDonald's  $\omega$ , Cronbach  $\alpha$  Güvenirlik Katsayıları (Meule ve diğ. 2018)

Alt Faktörler	SDYÖ		SEES		
	McDonald's $\omega$	Cronbach $\alpha$	Cronbach $\alpha$		
			Aşama 1	Aşama 2	Aşama 3
Mutluluk	0,943	0,942	0,800	0,819	0,871
Üzüntü	0,917	0,913	0,773	0,768	0,855
Kızgınlık	0,917	0,913	0,775	0,754	0,856
Kaygı	0,921	0,922	0,713	0,732	0,820
Toplam	0,932	0,924	-		

### 4.3.3. Paralel Form Analizi Bulguları

Çalışmada ölçeğin paralel form analizini belirlemek amacıyla DEBQ Duygusal Alt Ölçeği kullanılmıştır. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde SDYÖ' nün mutluluk alt ölçeğinin SDYÖ' nün diğer alt ölçekleri ve DEBQ Duygusal Alt Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. SDYÖ' nün üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçeklerinin ise birbirleri ve DEBQ toplam puan ortalamaları ile anlamlı derecede ilişkili olduğu görülmüştür.

SDYÖ' nün alt ölçeklerinin birbirleri ve DEBQ Duygusal Alt Ölçeği arasındaki ilişki Tablo 4.3.3.1'de gösterilmektedir.

Tablo 4.3.3.1 SDYÖ Alt Ölçekleri ve DEBQ Duygusal Alt Ölçeği Toplam Puan Paralel Form Analizi

	1	2	3	4	5
<b>1. SDYÖ Mutluluk</b>	-				
<b>2. SDYÖ Üzüntü</b>	.006	-			
<b>3. SDYÖ Kızgınlık</b>	-.001	.698**	-		
<b>4. SDYÖ Kaygı</b>	.053	.511**	.653**	-	
<b>5. DEBQ</b>	-.111	.522**	.425**	.308**	-
<b>Korelasyon ** p&lt; 0,01 düzeyinde anlamlı</b>					

## 5. TARTIŞMA

Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Meule ve arkadaşları tarafından 2018 yılında Avusturya'nın Salzburg bölgesinde bulunan Salzburg Üniversitesi'nde geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinal formu İngilizce ve Almanca olmak üzere iki dilde oluşturulmuştur. Meule ve diğ. (2018) duygusal yeme teriminin tanımında, tüm muhtemel olumlu ve olumsuz duygu durumlarına yer verilmesi ve bu duygu durumlarına yanıtların besin alımındaki değişikliklerle ilişkilendirilmesi gerektiğini belirtmektedir. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği, olumlu ve olumsuz duyguları ifade eden her biri 5 madde içeren dört alt ölçek ve toplamda 20 maddeden oluşmaktadır. Mutluluk, üzüntü, kızgınlık ve kaygı alt ölçeklerinden meydana gelmektedir. Her zamankinden çok daha az yerim, her zamankinden daha az yerim, her zamanki kadar yerim, her zamankinden daha fazla yerim ve her zamankinden çok daha fazla yerim ifadeleri ile sırasıyla 1'den 5'e uzanan likert yapılı bir ölçektir (Meule ve diğ. 2018).

Duygusal yemeyle ilgili Van Strien ve diğ. (1986) geliştirdiği DEBQ, Arnow ve diğ. (1995) geliştirdiği Duygusal Yeme Ölçeği, Masheb ve Grilo'nun (2006) geliştirdiği Duygusal Aşırı Yeme Ölçeği incelendiğinde bu ölçeklerin sadece olumsuz duygulara yer verdiği görülmektedir (Tatjana van Strien ve diğ. 1986) (Arnow ve diğ. 1995) (Masheb ve Grilo, 2006). Pozitif ve Negatif Duygusal Yeme Ölçeği her iki duyguyu içinde barındıran ancak sadece kadın katılımcılar üzerinde güvenilirlik ve geçerlik analizi yapılan bir ölçektir (Sultson ve diğ. 2017). Olumlu ve olumsuz duygu durumlarını içinde barındıran, duygulara yanıt olarak artan ve azalan yeme eğilimi ölçen Duygusal İştah Anketi ise ölçek geliştirme aşamasında deneysel verilere dayanan madde seçimine gidilerek oluşturulmamıştır (Geliebter ve Aversa, 2003). Belirli duyguları detaylandırması ve duygulara bağlı olarak aşırı ve yetersiz yemeyi ayırt edebilecek şekilde önceki ölçeklerin genişletilmiş hali olması ile SEES önem kazanmaktadır (Meule ve diğ. 2018). Türkiye'de duygusal yeme başlığı altında kullanılan ölçeklere bakıldığında Nolan ve diğ. geliştirdiği, Demirel ve diğ. Türkçe'ye uyarladığı Duygusal İştah Anketi'nde olumlu ve olumsuz duygulara yer vererek bu durumlarda yeme miktarının sorgulandığı görülmektedir (Nolan ve diğ.2010) (Demirel ve diğ.2014). Ancak ölçeğin geçerlik analiz bulgularının tamamlanmaması duygusal yeme konusunda büyük eksiklik yaratmaktadır. Salzburg

Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması duygusal yeme konusundaki bu eksikliği kapatacağı ve konuya yeni pencereler açabileceği düşünülmektedir. Ölçeğin 2021 yılında Ghafouri ve arkadaşları tarafından İran'da yaşayan yetişkinler ile Farsça dilinde geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Ghafouri ve diğ. 2021).

Ölçeğin Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrenci, akademisyen ve personelleri ile gerçekleştirilen Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasından elde edilen bulguların tartışılması; katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine yönelik bulgularının tartışılması, SDYÖ geçerlik ve güvenilirlik bulgularının tartışılması şeklinde üç başlık altında ele alınmıştır.

### **5.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Yönelik Bulgularının Tartışılması**

Çalışmaya Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrenci, akademisyen ve personellerinden oluşan 416 kişi katılmıştır. Yapılan bu işlem sırasında anketi tekrar doldurduğu belirlenen 9 kişinin aynı kişi olduğu belirlenmiş ve dâhil edilme kriterlerinin dışında olan 104 kişi ile birlikte çalışmadan çıkarılmıştır. Araştırmanın analizi 303 kişiden elde edilen veriler ile yapılmıştır. Ölçek uyarlama çalışmalarında örneklem sayısının 100 kişiden oluşması zayıf, 200 kişiden oluşması yeterli, 300 kişiden oluşması iyi olarak kabul edilmekteydi (Comrey,1992;akt.Akbaş ve diğ. 2019) (Comrey, 1978) (De Winter ve diğ. 2009). Katılımcı sayısının 303 kişi olması örneklem sayımızın iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Katılımcıların %89,1'ini kadın bireyler, %10,9'unu erkek bireyler oluşturmaktadır. Meule ve diğ. (2018) yapmış olduğu çalışmanın ikinci aşamasına %82,9 oranında kadınlar %17,1 oranında erkek bireyler katılmaktadır. Çalışmanın üçüncü aşamasına bakıldığında ise katılımcıların %74,4'ünü kadın bireyler %25,6'sını erkek bireyler oluşturmaktadır. Katılımcı sayısına bakıldığında ikinci aşamasında 805 üçüncü çalışmasında 450 kişi olduğu görülmektedir (Meule ve diğ. 2018). Ghafouri ve arkadaşlarının (2021) çalışmasına katılan 489 kişinin %90 oranında kadınlardan oluştuğu görülmüştür (Ghafouri ve diğ. 2021). Her iki çalışmaya katılanların cinsiyet oranına bakıldığında, yapılan mevcut çalışmanın diğerlerine benzer olarak cinsiyet açısından homojen dağılmadığı görülmektedir. Çalışma verilerinin toplama yöntemi incelendiğinde, diğer iki çalışma ile benzer olarak çevrimiçi ortamda gerçekleştirilmiştir. Ölçeğe

verilen cevaplarda yöntemlerin benzer olmasının etkilerinin de benzer olacağını düşündürmüştür.

Çalışmaya katılanların yaşlarına baktığımızda yaş aralığı 18 - 50 arasında değişmektedir. Katılımcıların ortalama yaşı 22,11 ±4,88 (yıl) olduğu tespit edilmiştir. Meule ve arkadaşlarının yapmış olduğu ikinci çalışmada yaş ortalamasının 24,7 (yıl) üçüncü aşamada ise 33,5 (yıl) olduğu görülmektedir (Meule ve diğ.2018). Ghafouri ve arkadaşlarının yaptığı (2021) çalışmaya katılanların yaş ortalaması 33,26 (yıl) olduğu ifade edilmiştir (Ghafouri ve diğ. 2021). Mevcut ve diğer iki çalışmadaki katılımcıların yaş ortalamasının yakın değerinde olduğu görülmüştür ve bu durumun katılımcıların çoğunluğunu üniversite öğrencilerinin oluşturmasından kaynaklandığı düşündürmüştür.

Mevcut çalışmada katılımcıların BKİ değerlerine bakıldığında en fazla %67,3 oranında normal bireyler, %15,8 oranında hafif şişman bireyler, %13,9 oranında zayıf bireyler, %3 oranında ise şişman bireylerden oluştuğu ve ortalama BKİ değerinin 22,07 kg/m<sup>2</sup> olduğu görülmüştür. Meule ve arkadaşlarının çalışmasının ikinci aşamasında ortalama BKİ değeri 22,8 kg/m<sup>2</sup> olarak bildirilmiş ve örneklemin %9,6 oranında zayıf bireylerden, %73,9'unun normal bireylerden, %11,7'sinin hafif şişman, %4,8'inin de obez bireylerden oluştuğu tespit edilmiştir. Çalışmanın üçüncü aşamasında ise ortalama BKİ değerinin 23,8 kg/m<sup>2</sup> olduğu rapor edilmiştir. Katılımcıların %7,6'sını zayıf bireyler, %64,7'sini normal bireyler, % 17,6'sını hafif şişman ve %10,2'sini de obez bireyler oluşturmaktaydı (Meule ve diğ. 2018). Ghafouri ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında BKİ değerine bakıldığında %5,7 oranında zayıf, %56,4 oranında normal, %27,4 oranında hafif şişman ve %10,4 oranında obez bireylerden oluştuğu bildirilmişti (Ghafouri ve diğ. 2021). Mevcut çalışmada da katılımcıların ortalama BKİ değerlerinin 24,41 kg/m<sup>2</sup> olduğu ve diğer çalışmamalarla benzer olarak ortalama BKİ değerlerinin normal aralıkta yer aldığı tespit edilmiştir. BKİ değerinin duygusal yeme davranışı üzerinde mevcut etkisi göz önünde bulundurulduğunda, duygusal yeme davranış skorlarını diğer çalışmalarla karşılaştırmada BKİ değerinin etkisinin azalmış olabileceği öngörülmüştür.

Katılımcıların tanımlayıcı özellikleri ile SDYÖ alt ölçek puanları karşılaştırıldığında bazı değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir



( $p<0,05$ ). SDYÖ mutluluk alt ölçeği ile olumlu duyguların yeme davranışı üzerindeki etkisine bakmaktadır. Üzüntü alt ölçeği, olumsuz ancak düşük uyarıcı duygularla ilgili maddeleri içermektedir. Üçüncü ve dördüncü alt ölçek olan kızgınlık ve kaygı ise yüksek uyarıcı duygularla ilgili maddeleri içermektedir (Meule ve diğ. 2018). Yaş ve BKİ değişkeninin SDYÖ alt ölçek ile DEBQ duygusal alt ölçek puanları arasındaki korelasyona bakıldığında; BKİ, mutluluk alt ölçeği ile negatif korelasyon gösterir iken diğer alt ölçek puanları ile pozitif korelasyon göstermiştir. Meule ve arkadaşlarının (2018) ikinci çalışmasında BKİ üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçek puanları ile pozitif yönde ilişkili üçüncü çalışmasında mutluluk alt ölçeği puanı ile negatif yönde korelasyonda bulunmaktadır (Meule ve diğ. 2018). BKİ değişkeninin SDYÖ alt ölçek puanları arasındaki korelasyon bakımından mevcut çalışma bulguları ile benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. Her iki çalışmada BKİ değerleri ve duygusal yeme davranışları ilişkisinin benzer olması, örneklem gruplarının benzer BKİ ortalamalarından aynı düzeyde etkilendiği öngörüsü ile örtüşmektedir. Yaş değişkeni ile ölçeklerin alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

SDYÖ alt ölçek puanları ve tanımlayıcı özellikler karşılaştırıldığında üzüntü alt ölçeği puanlarının, BKİ değerlerine göre zayıf olan bireylerde ( $2,29\pm 0,76$ ), hafif şişman/şişman olanlardan ( $2,99\pm 1,29$ ) anlamlı derecede daha düşük olduğu belirlenmiştir. Zayıf bireylerin üzüntü alt ölçeğinde bildirilen duyguları yaşadığında, hafif şişman-şişman bireylere göre normalden daha da az yeme eğiliminde olduğu gözlemlenmiştir. Hafif şişman-şişman bireylerin de üzüntü durumunda her zamanki besin tüketimlerine daha yakın olduğu görülmektedir. Normal BKİ değerleri olanların ise üzüntü alt ölçek puanları ( $2,66\pm 1,12$ ) hafif şişman-şişman bireylerden ( $2,99\pm 1,29$ ) daha düşük olduğu ancak farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmemiştir. Zayıf bireylerin olumsuz duygularda daha az yemeye doğru yönelen duygusal yeme davranışı sergilemesi, bu bireylerde üzüntüye neden olan duygular sonucu yetersiz beslenme riskinin daha olası bir durum olduğunu düşündürmüştür. Normal BKİ grubunda bulunanların olumsuz duygularda daha az yeme skoruna sahip olması ise duygusal yeme davranışının daha fazla üzerinde durulan hafif şişman ve şişman BKİ'ye sahip bireylerin yanı sıra normal BKİ'ye sahip bireyleri de etkileyebileceğini göstermiştir.

Literatürde BKİ ve DEBQ duygusal yeme alt ölçek puanları arasında karşılaştırma yapan çalışmalarla (Dakanalis ve diğ. 2013) benzer olarak mevcut çalışmada DEBQ duygusal yeme alt ölçeği puanlarının zayıf olanlardan ( $21,52 \pm 7,70$ ), normal ( $28,28 \pm 11,99$ ) ve hafif şişman-şişman ( $34,45 \pm 13,44$ ) BKİ grubunda bulunanlara doğru gidildikçe anlamlı derecede arttığı gözlemlenmiştir. Mevcut çalışmada elde edilen bu bulgu, BKİ ve DEBQ puanları arasındaki ilişkiyi gösteren çalışmaları destekler nitelikte olmuştur.

Düzenli egzersiz yapma durumu ile SDYÖ mutluluk ve üzüntü alt ölçek puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Düzenli egzersiz yapanların ( $2,82 \pm 0,63$ ) mutluluk alt ölçeği puanları, yapmayanlara göre ( $3,02 \pm 0,75$ ) daha düşük olduğu belirlenmiştir. İfade edilen bulguda düzenli egzersiz yapan bireyler olumlu duygularda, egzersiz yapmayan bireylere göre normalden daha az yeme eğiliminde olduğu görülmüştür. Üzüntü alt ölçeğinde ise düzenli egzersiz yapanların puanlarının ( $2,86 \pm 1,12$ ) yapmayanlara ( $2,58 \pm 1,12$ ) göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Üzüntüye sebep olan olaylar karşısında düzenli egzersiz yapmayanların, düzenli egzersiz yapanlara göre normalden daha da az yeme eğiliminde olabilmektedir. Çalışmadaki mevcut bulgular düzenli egzersiz yapmanın duygusal yemeyi etkili olabileceğine dair yeni kanıtlar sunmuştur.

Meule ve arkadaşlarının (2018) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet ile SDYÖ alt ölçek puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Erkek katılımcıların mutluluk ve kaygı alt ölçek puanlarının çalışmanın her iki aşamasında da kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu belirtilmişti (Meule ve diğ. 2018). Mevcut çalışmada ise cinsiyete göre ölçeğin alt boyut puanları anlamlı farklılık göstermemiştir.

## **5.2. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Geçerlik Bulgularının Tartışılması**

SDYÖ'nün geçerlik analizi için kapsam ve yüzey geçerliliğinin yanı sıra yapısal geçerlilik analiz yöntemleri kullanılmıştır. Bir ölçeğin çeviri aşamasında orijinal yapısında değişiklik meydana gelmektedir. Değişimi en aza indirmek için ölçek maddelerinin titizlikle incelenmesi ve çevrilen dili kullanan bireylerin anlayacağı şekilde düzenlenmesi gerekmektedir (Karaçam, 2019). Bu amaçla çeviri

ve geri çeviri aşamasında Coster ve Mancini (2015), Bayık (2016) en az 2 kişilik komisyon oluşturulması gerektiği ifadesi göz önüne alınmıştır (Coster ve Mancini, 2015) (Bayık, 2016). SDYÖ' nün çeviri ve geri çeviri evresinde 6 ve 4 kişiden oluşan uzman kişiler tarafından İngilizceden Türkçeye ve Türkçeden İngilizceye çevirisi yapılmıştır. Daha sonra kapsam geçerliliğini analiz etmek amacıyla Davis yöntemi kullanılmıştır. Davis (1992)'in belirttiği en az 2 en çok 20 uzman tarafından incelenmesi gerektiği ifadesi göz önünde bulundurarak 6 uzman kişi tarafından değerlendirilmesi yapılmıştır (Davis, 1992). Uzman değerlendirilmesi sonucunda kapsam geçerliliğinin uygunluğunu gösteren KGO değerlerinin 0,80 üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Yüzey geçerliliği kapsamında, çeviri ve geri çevirisinden sonra yapılan eleştiriler neticesinde ortaya çıkan ölçeğin Türkçe versiyonun ön uygulaması 38 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Ghafouri ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında yüzey geçerliliği kapsamında 10 kişiye ölçek uygulandığı bildirilmiştir (Ghafouri ve diğ. 2021). Mevcut çalışmada ise ön test çalışması için belirlenen sayının Ghafouri ve diğ. belirlediği sayıdan yaklaşık üç kat fazla olduğu tespit edilmiş ve ölçeğin yüzey geçerliliği açısından daha güçlü yargılar ortaya koymaya olanak sağladığı düşünülmüştür.

Yapı geçerliğinde ise açıklayıcı ve doğrulayıcı olmak üzere iki faktör analizi kullanılmıştır. Suhr'un (2006) çalışmasında da belirttiği üzere açıklayıcı faktör ile uyarılma yapılan bir ölçeğin değişkenlerini temsil eden ifadelerin altında yatan faktör yapısını ortaya konulması ve keşfedilmesi amaçlanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ile de orijinal faktör yapısına uyup uymadığı, ne derece uygun olduğu denetlenmiştir. Bu yöntem modeli test etme ve doğrulamakta sık başvurulan bir yol olmuştur (Suhr, 2006) (Çapık, 2014). Bu çalışmada önce AFA yapılarak, saptanan madde ve alt boyutları model olarak kabul edilmiş sonra DFA ile bu model test edilerek doğruluğundan emin olunmak istenmiştir.

Beavers ve diğ. belirttiği kriterler (Beavers ve diğ. 2013) göz önüne alındığında faktör analiz kapsamında KMO değerinin 0,89 değeri doğrultusunda faktör analizi yapmak için örneklem büyüklüğünün 'çok iyi' durumda olduğu sonucuna ulaşılmıştır. KMO analizinin yanı sıra Bartlett'in Küresellik Testi anlamlılık değeri ( $p < 0,001$ ) faktör analizi yapabilmek için değişkenler arasındaki

ilişkinin yeterli olduğunu göstermiştir. Açıklayıcı faktör analizi yöntemlerinden temel bileşenler analizi ve yığın grafiği yöntemi kullanılmıştır. Saraçlı (2013)'nin belirttiği ifadeler doğrultusunda temel bileşenler analizinde, değişkenlerin yapısal özelliklerini belirlemek için 'faktör veya bileşen sayısı' ve 'değişkenlerin faktör yükleri' değerlendirilmiştir (Saraçlı, 2013). Yığın grafiğinde ise özdeğerlerin azalan eğilimlerini gösteren ve eğimin kaybolduğu ya da çok küçük olduğu noktaya kadar olan özdeğerler, faktörlerin sayısını belirlemiştir. Dört alt ölçekten oluşan SDYÖ, uyarlanan ölçek (SEES) alt boyutları ile uyumlu olduğu görülmüştür (Meule ve diğ.2018). Akın ve diğ. (2007)'nin çalışmasında olduğu gibi faktör yüklerinin yeterli görülen ölçüt değeri 0,30 olarak kabul edilmiştir (Akın ve diğ.2007). Ölçek maddelerinin tümünün 0,30' un üzeri yük değerine sahip olduğu tespit edilmiştir. Faktör yüklerinin yüksek olması, değişkenin söz konusu alt ölçeğin altında yer alabileceğini göstermiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin mutluluk alt ölçeğini 0,873- 0,931 arasında değişen faktör yükleri ile ölçeğin ilk beş maddesi oluşturmuştur. Ölçeğin 6, 7, 8, 9, 10 numaralı maddeleri 0,562 - 0,839 arasında değişen faktör yükleri ile üzüntü alt ölçeğini oluşturmuştur. Kızgınlık alt ölçeğinin 0,393 - 0,881 arasında değişen faktör yükü ile 11, 12, 13, 14, 15 maddelerinden meydana geldiği belirlenmiştir. Kaygı alt ölçeği ise, 16, 17,18, 19, 20 numaralı maddelerinin 0,753 - 0,909 arasında değişen faktör yüklerinin bir araya gelmesiyle oluşmuştur. Dört alt ölçekten oluşması ve aynı maddelerin ilgili alt ölçeği oluşturması uyarlanan ölçek (SEES) ile uyumlu olduğunu göstermiştir.

Yapı geçerliği için bir diğer analiz olarak doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde faktör yüklerinin tahmininde kullanılan ML, GLS yöntemlerinin normal dağılımın olmadığı verilerde kullanıldığında model uyum indekslerini büyültme ve standart hata oranlarını küçültme eğiliminde olduğu bildirilmektedir (Schumacker ve Beyerlein, 2009). Bu nedenle normal dağılım göstermeyen verilerde seçilen yöntem önemlidir (Byrne, 2016). ADF, verilerin normal dağılım göstermediğinde kullanılan analiz yöntemidir. Ancak verilerin dağılımı hakkında çok az varsayımda bulunmaktadır. Bununla birlikte 'simple' olarak kabul edilen modeller için en az n: 200 örneklem boyutunu ve 'complex' olarak kabul edilen modeller için son derece büyük bir örneklem boyutunu ( $n > 5.000$ ) gerektirmektedir (Walker ve Smith, 2017). Ayrıca ADF, örneklem

büyükliğünden etkilenecek modelin yanlış belirlenmesi durumunda zayıf tahminler sağlamaktadır (Henning Olsson ve diğ. 2009). Bollen–Stine Bootstrap yöntemi ise çok değişkenli normal olmayan veri durumları için sağlanan ikinci bir potansiyel çözümdür (Bollen ve Stine, 1992). Bu nedenler doğrultusunda çalışmada ADF yöntemi kullanılmamış DFA analizinde Bollen–Stine Bootstrap yöntemi tercih edilmiştir.

Bollen–Stine Bootstrap için rapor edilen p değerine bakıldığında rastgele oluşturulmuş 1000 veri kümesinin tümü, gerçekte var olan veri kümesinden modele daha iyi uyduğunu göstermektedir. Yani, 1.001 veri setini (orijinal veri seti artı oluşturulan 1.000 veri seti) sıralasak dâhi gerçek veri seti 1.001 setin en kötüsü olacaktır. Olasılık açısından, sonuçlar, belirtilen modelin gerçek popülasyonda tutması durumunda bunun tesadüfen olma olasılığının 1/1.000 (.0010) olduğunu ifade etmektedir. Böylece, gerçek popülasyonda belirtilen modelin doğru olduğunu, sıfır hipotezini olasılık = 0,001 ile reddedilebileceğini göstermektedir. Bollen–Stine Bootstrap analizinde elde edilen uyum indekslerinin değerlendirilmesi ile ilgili çalışmalarda, tahmin değerleri için önyargıdan kaçınarak güçlü kanıtlar sağlayabileceği ifade edilmektedir (Walker ve Smith, 2017) (Kim ve Millsap, 2014). Nitekim Kaya ve Çolakoğlu yaptığı geçerlik analizinde bu yöntemle başvurmuştur (Kaya ve Çolakoğlu, 2015). Yaman (2016) yaptığı çalışmada Bootstrap işlemiyle DFA'nın parametrik istatistiklere uygunluğunun arttığını ifade etmiştir (Yaman, 2016). Mevcut çalışmada Bollen–Stine Bootstrap çerçevesinde ML uyum indeksleri değerlendirilmiştir. Model uyum indeksleri incelendiğinde hipotezlenen model için  $\chi^2$  değeri, özellikle örneklem sayısı büyük olduğunda, tipik olarak her zaman modelin reddedildiğini göstermiştir. CFI değerinin 0,96 olması ise bu modelin marjinal olarak iyi uyan bir modeli temsil ettiğini ortaya koymuştur. Diğer model uyum indekslerine bakıldığında,  $\chi^2 /sd$  'nin 2,46; RMSEA'nın 0,074; NFI'nın 0,94; TLI'nın 0,95; IFI'nın 0,96 değeri kabul edilebilir aralıkta olduğunu GFI'nın 0,87; AGFI'nın 0,83 değeri ise kabul edilebilir aralığa çok yakın olduğunu göstermiştir. Bu veriler ölçeğin modele uygunluğunun iyi durumda olduğunu ifade etmektedir. Meule ve diğ. (2018) yapmış olduğu çalışmanın ikinci ve üçüncü aşamasında doğrulayıcı faktör analizi kapsamında RMSEA ve CFI model uyum indekslerine bakılmıştır. İkinci çalışmasında CFI = 0,932, RMSEA = 0,051 üçüncü çalışmasında CFI = 0,917,

RMSEA = 0,073 değer aralıkları ile kabul edilebilir düzeyde olduğunu belirtmiştir (Meule ve diğ.2018). Mevcut çalışmadaki değerlerle karşılaştırıldığında her iki uyum indeksinin kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmektedir. Ghafouri ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında ise model uyum indekslerini CMIND/DF=7,58; GFI=0,91; CFI=0.90; TLI=0.89; RMSEA=0.061 olarak ifade etmiştir (Ghafouri ve diğ.2021). Mevcut çalışmaya benzer olarak bazı uyum indekslerinin kabul edilebilir değer aralığına çok yakın olduğu gözlemlenmiştir.

### 5.3. Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Güvenirlik Bulgularının Tartışılması

Güvenirlik analizleri sonucunda SDYÖ' nün mutluluk, üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçekleri Cronbach  $\alpha$  katsayılarının sırası ile 0,942; 0,913; 0,913; 0,922 olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin toplam Cronbach  $\alpha$  katsayısının 0,924 olduğu belirlenmiştir. Ölçek uyarılma çalışmalarında Cronbach  $\alpha$  güvenilirlik katsayısının  $> 0,80$  olması iyi bir güvenilirliği işaret ederken,  $> 0,90$  olması mükemmel bir güvenilirlik oranını göstermektedir (Gliem ve Gliem, 2003). Toplam ölçeğin ve alt boyutlarının  $> 0,90$  olması SDYÖ' nün mükemmel seviyede güvenilirliğe sahip olduğuna işaret etmektedir. Cronbach  $\alpha$  değerinin daha genel biçimi olan McDonald's  $\omega$  değerine göre optimal bir güvenilirlik ölçüsü olmadığı ve güvenilirlik tahmini için  $\alpha$  'nın yerine, omega ( $\omega$ ) katsayısı güvenilirliğinin belirtilmesi gerektiği bildirilmektedir (Goodboy ve Martin,2020) (Hayes ve Jacob,2020). Bu bilgiler göz önüne alınarak mevcut çalışmada her iki güvenilirlik analiz yöntemi kullanılmıştır. SDYÖ' nün toplam ve mutluluk, üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçeklerinin omega katsayılarına bakıldığında sırası ile 0,932; 0,943; 0,917; 0,917; 0,921 olduğu görülmüştür. Watkins ve diğ. (2017) omega katsayısı için 0,75 üzeri olması gerektiği ifade etmektedir (Watkins ve diğ. 2017) ve bu ifadeye göre mevcut çalışmanın omega güvenilirlik katsayısının güvenilirliği sağlamaktadır. Meule ve arkadaşlarının (2018) yapmış olduğu çalışmanın ikinci aşamasında ölçeğin alt boyutlarının Cronbach  $\alpha$  katsayısı  $\alpha = 0,732 - 0,819$  arasında değişmektedir. Üçüncü çalışmasında ise  $\alpha = 0,820 - 0,871$  arasında olduğu görülmüştür (Meule ve diğ. 2018). Mevcut çalışmanın, ölçeğin orijinali ile uyumlu olarak kabul edilebilir güvenilir değere sahip olduğu tespit edilmiştir. Ghafouri ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında ölçeğin Cronbach  $\alpha$  güvenilirlik katsayısı 0,97 olarak bulunduğu alt ölçeklere ait

güvenirlilik katsayısı belirtmediği görülmüştür (Ghafouri ve diğ. 2021). Mevcut çalışmada toplam güvenirlilik katsayılarının yanı sıra alt ölçeklerinin güvenirlilik katsayılarına yer verilmesi orijinal ölçeğe uygun güvenirlilik açısından kuvvetli yargılar ortaya koymuştur.

Diğer güvenirlilik analizi olan ölçeğin zamana göre değişmezliği için ölçek katılımcıların bir kısmına 3 hafta sonra tekrar uygulanmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmış ve iki test sonucu arasındaki güvenirlilik katsayısı hesaplanmıştır. Çalışmanın üzüntü, kızgınlık alt ölçeği için güvenirlilik katsayılarının 0,777; 0,825 olduğu ve bu değerlerin literatürde bildirilen yeterli güvenirlilik katsayısının üzerinde olduğu görülmüştür (Şencan 2005). Kaygı alt ölçeğinin 0,698 güvenirlilik katsayısı ile 0,70 yeterlilik düzeyine çok yakın, mutluluk alt ölçeğinin ise 0,490 güvenirlilik katsayısına sahip olduğu tespit edilmiştir. Ghafouri ve arkadaşları, (2021) çalışmalarında tekrar test analizinin yapılmadığı ve çalışmanın sınırlılığı arasında olduğunu belirtmiş, gelecekte ölçeğin bu analizinin yapılması gerektiğini vurgulamıştır (Ghafouri ve diğ. 2021). Mevcut çalışmada değişmezlik yöntemine başvurularak güvenirlilik analizleri kapsamında geniş pencere sunulmuş ve ‘güvenir bir ölçek’ ifadesini güçlendirmiştir.

Çalışmada aynı davranış kalıplarını temsil edebilecek farklı maddeler örneklenerek iki eşdeğer form oluşturulması ve bu formların eş zamanlı uygulanması ile diğer güvenirlilik analizi olan paralel form yöntemi kullanılmıştır. Paralel form olarak ölçeğin orijinal çalışması Meule ve diğ. (2018) ile uyumlu olarak DEBQ duygusal alt ölçeği seçilmiştir (Meule ve diğ. 2018). DEBQ duygusal alt ölçeği üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçekleriyle pozitif yönde korelasyon göstererek SEES ile uyumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. SEES mutluluk alt ölçeği ile DEBQ duygusal alt ölçeği arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki göstermiştir (Meule ve diğ. 2018). SDYÖ mutluluk alt ölçeğinin de DEBQ duygusal alt ölçeği ile negatif korelasyon gösterdiği ancak istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi öğrenci, akademisyen ve idari personellerin oluşturduğu 303 katılımcı ile yapılan Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasına ait elde edilen sonuçlar ve öneriler aşağıda yer almaktadır.

Yapılan bu araştırmanın sonucunda;

- SDYÖ yapılan geçerlilik analizi sonucunda gerekli olan kapsam geçerliliğini sağlamaktadır. KGI skorlarına bakıldığında, ölçek maddelerinin 0,83 ve üzerinde puan aldığı belirlenmiştir.
- SDYÖ' nün yapı geçerliliğini analiz etmek amacıyla yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucu hipotez 5'in doğrulandığı tespit edilmiştir. SDYÖ dört alt ölçekten oluşmaktadır. Her bir alt ölçek 5 maddeden oluşmakta ve 0,30' un altında faktör yüküne sahip madde içermemektedir.
- SDYÖ' nün yapı geçerliliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizinde Bollen Stine Bootstrap yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin model uyum indekslerine bakıldığında  $\chi^2/sd$ , GFI, AGFI değerlerinin sırası ile 2,468, 0,877; 0,830 ve CFI, RMSEA, NFI, TLI, IFI değerlerinin sırası ile 0,967; 0, 074; 0, 945; 0,958; 0,967 olduğu tespit edilmiştir. CFI değerinin 0,96 olması ise bu modelin marjinal olarak iyi uyan bir modeli temsil ettiğini göstermektedir. Türkçeye uyumlu geçerli bir ölçek olması ile hipotez 1 doğrulanmıştır.
- SDYÖ' nün güvenilirlik analizi için Cronbach  $\alpha$  ve McDonald's Omega katsayısı hesaplanmıştır. SDYÖ'nün alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik katsayıları 0,913 - 0,943 arasında yer almıştır. Türkçe' ye uyumlu güvenilir bir ölçek olması ile hipotez 3 doğrulanmıştır.
- SDYÖ' nün zamana göre değişmezliği için yapılan analizde alt boyutlar için elde edilen korelasyon katsayı değerleri 0,490-0,825 arasında yer almıştır.



- Güvenirlik analizi kapsamında paralel form analizinde SDYÖ' nün üzüntü, kızgınlık, kaygı alt ölçekleri ile DEBQ duygusal yeme alt ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı, mutluluk alt ölçeği ile negatif yönde ancak anlamlı olmayan korelasyon saptanmıştır.
- Çalışmaya katılanların tanımlayıcı özellikleri ile SDYÖ alt ölçek puanları karşılaştırıldığında BKİ ile üzüntü alt ölçeği arasında istatistiksel anlamlı bir fark bulunmuştur. Zayıf BKİ grubunda bulunanların üzüntü alt ölçek puanları ( $2,29 \pm 0,76$ ), hafif şişman-şişman BKİ grubunda bulunanlardan ( $2,99 \pm 1,29$ ) anlamlı derecede daha düşük olduğu belirlenmiştir.
- Düzenli egzersiz yapma durumu ile SDYÖ mutluluk ve üzüntü alt ölçek puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Düzenli egzersiz yapanların ( $2,82 \pm 0,63$ ) mutluluk alt ölçeği puanları yapmayanlara ( $3,02 \pm 0,75$ ) kıyasla daha düşük olduğu belirlenmiştir. Üzüntü alt ölçeğinde ise düzenli egzersiz yapanların puanları ( $2,86 \pm 1,12$ ) yapmayanlara ( $2,58 \pm 1,12$ ) göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

SDYÖ, yemek yeme üzerindeki duygusal etkilerin daha ayrıntılı bir analizine izin verse de, yine de potansiyel olarak taraflı olabilecek öz bildirim dayanamaktadır. Spesifik olarak ölçek, katılımcıların günlük duygularındaki dalgalanmalar ve bunun gıda alımı üzerindeki etkisi hakkında önemli bir farkındalığa sahip olmalarını gerektirmektedir. Ölçeğe verilen cevaplar bu farkındalığa göre şekillenecektir. SDYÖ' nün Türkçe geçerliği ve güvenilirliği çalışması eğitim seviyesi yüksek bireylerde uygulanmıştır bu nedenle çalışmanın toplumun her kesimine uygunluğunu arttırmak için gelecekte daha düşük eğitim seviyesinde bulunan kişilerle yapılması önerilmektedir. Ölçeğin, duyguların yeme davranışına etkisi üzerine yapılacak çalışmalarda, daha geniş duygu çerçevesi ve yeme miktarındaki değişimi sorgulaması bakımından kullanılması önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

- ÆGİSDÓTTİR, S., GERSTEİN, L. H., ÇİNARBAŞ, D. C. (2008). Methodological Issues in Cross-Cultural Counseling Research: Equivalence, Bias, and Translations. *The Counseling Psychologist*. 36 (2): 188–219. <https://doi.org/10.1177/0011000007305384>
- AGUIAR-BLOEMER, A. C., PALAZZO, C. C., DIEZ-GARCÍA, R. W. (2021). Relationship of negative emotion with leptin and food intake among overweight women. *Physiology Behavior*. 237: 113-457. <https://doi.org/10.1016/J.PHYSBEH.2021.113457>
- AKBAŞ, G., KORKMAZ L. (2007). Ölçek Uyarlaması (Adaptasyon). *Türk Psikoloji Bülteni*.40:16
- AKBAŞ, U., KARABAY, E., AYAZ, A., DEMİR, O. (2019). Türkiye Ölçme Araçları Dizininde Yer Alan Açılımlayıcı Faktör Analizi Çalışmalarının Paralel Analiz Sonuçları İle Karşılaştırılması. *Journal of Theoretical Educational Science*, 12(3): 1095–1123 <https://doi.org/10.30831/akukeg.453786>
- AKER, S., DÜNDAR, C., PEKŞEN Y. (2005). Ölçme Araçlarında İki Yaşamsal Kavram: Geçerlik ve Güvenirlik. *O.M.Ü Tıp Dergisi*. 22 (1): 55-60
- AKIN, A., ABACI, R., ÖVEÇ, Ü. (2007). The Construct Validity and Reliability of The Turkish Version of Self-consciousness Scale. In *Journal of Faculty of Educational Sciences*. 40 (2): 257-276.
- AKIN, A., YILDIZ, B., ÖZÇELİK, B. (2016). Duygusal Yeme Ölçeğinin Türkçe Versiyonunun Geçerlik Ve Güvenirliği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 9(44): 776-781
- AKSAYAN, S., GÖZÜM, S. (2002). Kültürlerarası Ölçek Uyarlaması için Rehber I: Ölçek Uyarlama Aşamaları ve Dil Uyarlaması. *Hemşirelikte Arastırma Dergisi*. 4 (1): 9–14
- AKTÜRK, Z. (2012). Reliability and Validity in Medical Research. *Dicle Medical Journal / Dicle Tıp Dergisi*. 39(2): 316–319 <https://doi.org/10.5798/diclemedj.0921.2012.02.0150>
- AKYÜZ, H. E. (2018). Yapı Geçerliliği İçin Doğrulamalı Faktör Analizi: Uygulamalı Bir Çalışma. *Bitlis Eren Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*. 7(2): 186–198 <https://doi.org/10.17798/bitlisfen.414490>
- ALBRİGHT, J. J., PARK, H. M. (2009). Confirmatory Factor Analysis using Amos, LISREL, Mplus, SAS/STAT CALIS. *The University Information Technology Services (UITS) Center for Statistical and Mathematical Computing, Indiana University*. <https://scholarworks.iu.edu/dspace/handle/2022/19736>
- ANNESİ, J. J. (2021). Coaction of Obesity Treatment-Associated Changes in

- Physical Activity and Emotional Eating: Mediation by Body Satisfaction. *Health Education Behavior :The Official Publication of the Society for Public Health Education*. 0(0): 1-6 <https://doi.org/10.1177/10901981211029251>
- APARÍCIO, E., CANALS, J., ARÍJA, V., DE HENAUW, S., MICHÉLS, N. (2016). The Role of Emotion Regulation in Childhood Obesity: Implications for Prevention and Treatment. *Nutrition Research Reviews*. 29(1): 17–29 <https://doi.org/10.1017/S0954422415000153>
- ARNOW, B., KENARDY, J., AGRAS, W. S. (1995). The Emotional Eating Scale: The Development of a Measure to Assess Coping with Negative Affect by Eating. *International Journal of Eating Disorders*. 18(1): 79-90
- AYTAÇ, M., ÖNGEN, B. (2021). Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Yeni Çevresel Paradigma Ölçeğinin Yapı Geçerliliğinin İncelenmesi. *İstatistikçiler Dergisi*. 5: 14-22
- BAGOZZI, R. P., HEATHERTON, T. F. (1994). A General Approach to Representing Multifaceted Personality Constructs: Application to State Self-Esteem. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 1(1): 35–67 <https://doi.org/10.1080/10705519409539961>
- BARTRAM, D., BERBEROĞLU, G., GRÉGOIRE, J., HAMBLETON, R., MUNÍZ, J., VAN DE VĪJVER, F. (2018). ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (2<sup>nd</sup> Ed.). *International Journal of Testing*. 18(2): 101–134 <https://doi.org/10.1080/15305058.2017.1398166>
- BEAVERS, A.S., JOHN, L., RICHARDS, J.K., SCHUYLER, W. H., GARY, J. S. (2013). Practical Considerations for Using Exploratory Factor Analysis in Educational Research. *Practical Assessment, Research and Evaluation*. 18(6): 1531-7714 <https://doi.org/10.7275/qv2q-rk76>
- BEŞKARDELER, G. (2018). *Yapısal Eşitlik Modellemesi ve Amos Uygulamaları. Yüksek Lisans Tezi. İstatistik Anabilim Dalı*
- BEKKER, M. H. J., VAN DE MEERENDONK, C., MOLLERUS, J. (2004). Effects of Negative Mood Induction and Impulsivity on Self-perceived Emotional Eating. *International Journal of Eating Disorders*. 36(4): 461–469 <https://doi.org/10.1002/eat.20041>
- BEKTAS, M., BEKTAS, I., SELEKOĞLU, Y., AKDENİZ KUDUBES, A., SAL ALTAN, S., & AYAR, D. (2016). *Psychometric properties of the Turkish version of the Emotional Eating Scale for Children and Adolescents*. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.06.021>
- BİLİCİ, S., AYHAN, B., KARABUDAK, E., KOKSAL, E. (2020). Factors affecting Emotional Eating and Eating Palatable Food in Adults. *Nutrition Research and Practice*, 14(1): 70–75 <https://doi.org/10.4162/nrp.2020.14.1.70>
- BİLGİN, Ş.S. (2018). Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği Geliştirilmesi, Geçerlilik Ve Güvenirlilik Çalışması. *Yüksek Lisans Tezi Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı*. 7(5) : 72-86

- BLECHERT, J., GOLTSCHKE, J. E., HERBERT, B. M., WILHELM, F. H. (2014). Eat Your Troubles Away: Electrocortical and Experiential Correlates of Food Image Processing are Related to Emotional Eating Style and Emotional State. *Biological Psychology*. 96(1): 94–101 <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2013.12.007>
- BOLLEN, K. A., STINE, R. A. (1992). Models Bootstrapping Goodness-of-Fit Measures in Structural Equation. *Sociological Methods & Research*. 21: 205 <https://doi.org/10.1177/0049124192021002004>
- BONGERS, P., JANSEN, A., HAVERMANS, R., ROEFS, A., NEDERKOORN, C. (2013). Happy eating: The Underestimated Role of Overeating in a Positive Mood. *Appetite*. 67: 74–80 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.03.017>
- BONGERS, P., JANSEN, A., HOUBEN, K., ROEFS, A. (2013). Happy Eating: The Single Target Implicit Association Test Predicts Overeating After Positive Emotions. *Eating Behaviors*. 14(3): 348–355 <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.06.007>
- BORSA, J. C., DAMÁSIO, B. F., BANDEIRA, D. R. (2012). Adaptação e Validação de Instrumentos Psicológicos Entre Culturas: Algumas Considerações. *Paidéia (Ribeirão Preto)*. 22(53): 423–432 <https://doi.org/10.1590/s0103-863x2012000300014>
- BOZAN, N. (2009). Hollanda Yeme Davranışı (DEBQ) Anketinin Türk Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliğinin Sınanması. *Yüksek lisans Tezi, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme Ve Diyetetik Anabilimdalı*. 4
- BRAET, C., CLAUS, L., GOOSSENS, L., MOENS, E., VAN VLIERBERGHE, L., SOETENS, B. (2008). Differences in Eating Style Between Overweight and Normal-weight Youngsters. *Journal of Health Psychology*. 13(6): 733–743 <https://doi.org/10.1177/1359105308093850>
- BÜYÜKÖZTÜRK, S. (2002). Faktör Analizi: Temel Kavramlar ve Ölçek Gelistirmede Kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*. 32: 47- 48
- BYRNE, B. M. (2009). Structural Equation Modeling With AMOS, EQS, and LISREL: Comparative Approaches to Testing for the Factorial Validity of a Measuring Instrument. *International Journal Of Testing*. 1(1): 55–86 [https://doi.org/10.1207/S15327574IJT0101\\_4](https://doi.org/10.1207/S15327574IJT0101_4)
- Byrne, B. M. (2016). Structural Equation Modeling With AMOS. 3th ed. Routledge. S: 365-392 <https://doi.org/10.4324/9781410600219>
- ÇAKMUR, H. (2012). Measurement Reliability Validity in Research. *TAF Preventive Medicine Bulletin*. 11(3): 339–344. <https://doi.org/10.5455/pmb.1-1322486024>
- ÇAM, M. O., BAYSAN ARABACI, L. (2010). Tutum Ölçeği Hazırlamada Nitel ve Nicel Adımlar. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*. 59–71.
- CANETTİ, L., BACHAR, E., BERRY, E. M. (2002). Food and emotion.

- Behavioural Processes*. 60(2): 157–164 [https://doi.org/10.1016/S0376-6357\(02\)00082-7](https://doi.org/10.1016/S0376-6357(02)00082-7)
- ÇAPIK, C. (2014). Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmalarında Doğrulayıcı Faktör Analizinin Kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 17(3): 196–205 <https://dergipark.org.tr/pub/ataunihem/34715>
- ÇAPIK, C., GÖZÜM, S., AKSAYAN, S. (2018). Florence Nightingale Journal of Nursing Kültürlerarası Ölçek Uyarlama Aşamaları, Dil ve Kültür Uyarlaması: Güncellenmiş Rehber Intercultural Scale Adaptation Stages, Language and Culture Adaptation: Updated Guideline. *FNIN Florence Nightingale Journal of Nursing*. 26(3): 199–210 <https://doi.org/10.26650/FNIN397481>
- ÇOKLUK Ö., ŞEKERCİOĞLU G., BÜYÜKÖZTÜRK Ş. (2010) Sosyal Bilimler için Çok Değişkenli İstatistik SPSS LISREL Uygulaması. 1th ed. Pegem Akademi.
- CARDİ, V., LEPPANEN, J., TREASURE, J. (2015). The Effects of Negative and Positive Mood Induction on Eating Behaviour: A Meta-Analysis of Laboratory Studies in the Healthy Population and Eating and Weight Disorders. *In Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 57: 299–309 <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2015.08.011>
- CARMİNES, E.G., ZELLER R. R. (1982). Lewis, M.S, editor. *Reliability and Validity Assessment*. 7th ed. 9-30
- CASSIOLİ, E., ROSSİ, E., SQUECCO, R., BACCARİ, M. C., MAGGİ, M., VIGNOZZİ, L., COMEGLİO, P., GIRONİ, V., LELLİ, L., ROTELLA, F., MONTELEONE, A. M., RİCCA, V., CASTELLİNİ, G. (2020). Reward and Psychopathological Correlates of Eating Disorders: The Explanatory Role of Leptin. *Psychiatry Research*. 290:130-171 <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2020.113071>
- CHESLER, B. E. (2012). Emotional Eating: A Virtually Untreated Risk Factor For Outcome Following Bariatric Surgery. *In The Scientific World Journal*. <https://doi.org/10.1100/2012/365961>
- COMREY, A. L. (1978). Common Methodological Problems İn Factor Analytic Studies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 46(4): 648–659 <https://doi.org/10.1037/0022-006X.46.4.648>
- COSTER, W. J., MANCİNİ, M. C. (2015). Recommendations For Translation and Cross-Cultural Adaptation of Instruments for Occupational Therapy Research And Practice. *Revista de Terapia Ocupacional Da Universidade de São Paulo*. 26(1): 50 <https://doi.org/10.11606/ISSN.2238-6149.V26I1P50-57>
- DAKANALİS, A., ZANETTİ, M. A., CLERICİ, M., MADEDDU, F., RİVA, G., CACCIALANZA, R. (2013). Italian Version of the Dutch Eating Behavior Questionnaire. Psychometric Proprieties and Measurement İnvariance Across Sex, BMI-Status And Age. *Appetite*. 71, 187–195. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2013.08.010>
- DAVİS, L. L. (1992). Instrument review: Getting The Most From A Panel Of

- Experts. *Applied Nursing Research*. 5(4): 194–197  
[https://doi.org/10.1016/S0897-1897\(05\)80008-4](https://doi.org/10.1016/S0897-1897(05)80008-4)
- DE LAUZON, B., ROMON, M., DESCHAMPS, V., LAFAY, L., BORYS, J. M., KARLSSON, J., DUCİMÉTİÈRE, P., CHARLES, M. A. (2004). The Three-Factor Eating Questionnaire-R18 Is Able To Distinguish Among Different Eating Patterns In A General Population. *Journal of Nutrition*. 134(9): 2372–2380 <https://doi.org/10.1093/jn/134.9.2372>
- DE LÍMA, R. M. S., DOS SANTOS BENTO, L. V., DÍ MARCELLO VALLADÃO LUGON, M., BARAUNA, V. G., BÍTTENCOURT, A. S., DALMAZ, C., DE VASCONCELLOS BÍTTENCOURT, A. P. S. (2020). Early Life Stress And The Programming Of Eating Behavior And Anxiety: Sex-Specific Relationships With Serotonergic Activity And Hypothalamic Neuropeptides. *Behavioural Brain Research*. 379: 112399 <https://doi.org/10.1016/J.BBR.2019.112399>
- DE WINTER, J. C. F., DODOU, D., WIERINGA, P. A. (2009). Exploratory Factor Analysis With Small Sample Sizes. *Multivariate Behavioral Research*. 44(2): 147–181 <https://doi.org/10.1080/00273170902794206>
- DE YOUNG, K. P., ZANDER, M., & ANDERSON, D. A. (2014). Beliefs About The Emotional Consequences Of Eating And Binge Eating Frequency. *Eating Behaviors*. 15(1): 31–36 <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.10.012>
- DEBBİE M., NG., JEFFERY., JEFFERY R.W. (2003). Relationships Between Perceived Stress and Health Behaviors in a Sample of Working Adults. *Health Psychology*. 22(6): 638–642 <https://doi.org/10.1037/0278-6133.22.6.638>
- DEMİR, Ö. G. (2021). Geç Dönem Adölesanların Gıda ve Beslenme Okuryazarlığı Düzeylerini Saptamaya Yönelik Yeni Bir Ölçek Geliştirme: Gıda Ve Beslenme Okuryazarlığı Ölçeği Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Doktora Tezi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı*. 5: 179-200
- DEMİREL, B., YAVUZ, F. K., KARADERE E., ŞAFAK, Y., TÜRKÇAPAR, H. (2014). Duygusal İştah Anketi'nin Türkçe Geçerlik ve Güvenilirliği, Beden Kitle İndeksi ve Duygusal Şemalarla İlişkisi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*. 3:171-181
- DENİZ, H., DEMİR, S. (2017). Yazma Motivasyonu Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Cumhuriyet International Journal of Education*. 9(2): 593-616. <https://doi.org/10.30703/cije.640584>
- DENİZ, Z. (2006). Psikolojik Ölçme Aracı Uyarlama. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 40(1): 1–16. [https://doi.org/10.1501/egifak\\_0000000158](https://doi.org/10.1501/egifak_0000000158)
- DİLEKÇİ, Ü., NARTGÜN, Ş. (2020). Adaptation of Teachers' Perceived Adaptive Performance Scale To Turkish Culture: Validity-Reliability And Descriptive Analysis. *Hacettepe Eğitim Dergisi*. 35(2): 448–465 <https://doi.org/10.16986/HUJE.2019052615>
- DOĞAN, M., (2013). Doğrulamalı Faktör Analizinde Örneklem Hacmi, Tahmin

Yöntemleri ve Normalliğin Uyum Ölçütlerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi İstatistik Anabilim Dalı*.23-31

- DOĞAN, T., TEKİN, E. G., KATRANCIOĞLU, A. (2011). Feeding your feelings: A Self-Report Measure Of Emotional Eating. *Procedia - Social And Behavioral Sciences*. 15: 2074–2077 <https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2011.04.056>
- DOHLE, S., HARTMANN, C., KELLER, C. (2014). Physical Activity As A Moderator Of The Association Between Emotional Eating And BMI: Evidence From the Swiss Food Panel. *Psychology and Health*. 29(9): 1062–1080
- DWECK, J. S., JENKINS, S. M., & NOLAN, L. J. (2014). The Role Of Emotional Eating And Stress İn The İnfluence Of Short Sleep On Food Consumption. *Appetite*. 72: 106–113. <https://doi.org/10.1016/J.Appet.2013.10.001>
- EL-SHEİKH, A. A., ABONAZEL, M. R., GAMİL, N. (2017). A Review of Software Packages for Structural Equation Modeling: A Comparative Study. *Applied Mathematics and Physics*. 5(3): 85–94 <https://doi.org/10.12691/amp-5-3-2>
- EMİN, M. (2016). Ölçek Uyarlamada Metodoloji Sorunu: Yönetim ve Örgüt Alanında Uyarlanan Ölçekler Üzerinden Bir Araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*. 3(3): 1–20. <https://doi.org/10.18394/iid.15648>
- ERCAN, İ., KAN, İ. (2004). Ölçeklerde Güvenirlik ve Geçerlik. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 30(3): 211–216.
- ERGÜL, B., YILMAZ, V. (2020). COVID-19 Salgını Süresince Aile İçi İlişkilerin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile İncelenmesi. *IBAD Journal of Social Sciences*. 38-51 <https://doi.org/10.21733/ibad.733909>
- EŞMEKAYA, E. (2019). Faktör Analizi (Factor Analysis). *YBS Ansiklopedi*. 7(1): 25-34
- EVERS, C., DİNGEMANS, A., JUNGHANS, A. F., & BOEVÉ, A. (2018). Feeling Bad Or Feeling Good, Does Emotion Affect Your Consumption of Food? A Meta-Analysis Of The Experimental Evidence. *In Neuroscience And Biobehavioral Reviews*. 92: 195–208 <https://doi.org/10.1016/J.Neubiorev.2018.05.028>
- EVERS, C., STOK, F., DE RİDDER, D. T. D. (2010). Feeding Your Feelings: Emotion Regulation Strategies and Emotional Eating. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 36(6):792–804. <https://doi.org/10.1177/0146167210371383>
- FERNANDES, J., FERREIRA-SANTOS, F., MILLER, K., TORRES, S. (2018). Emotional Processing İn Obesity: A Systematic Review and Exploratory Meta-Analysis. *In Obesity Reviews*. 9(1): 111–120 <https://doi.org/10.1111/Obr.12607>
- FRAMSON, C., KRİSTAL, A. R., SCHENK, J. M., LİTTMAN, A. J., ZELİADT, S., BENÍTEZ, D. (2009). Development and Validation of The Mindful Eating Questionnaire. *Journal Of The American Dietetic Association*. 109(8): 1439–

1444 <https://doi.org/10.1016/J.Jada.2009.05.006>

- GAHAGAN, S. (2012). Development of Eating Behavior: Biology And Context. In *Journal Of Developmental and Behavioral Pediatrics*. 33(3): 261–271 <https://doi.org/10.1097/DBP.0b013e31824a7baa>
- GALLANT, A. R., TREMBLAY, A., PÉRUSSE, L., BOUCHARD, C., DESPRÉS, J. P., DRAPEAU, V. (2010). The Three-Factor Eating Questionnaire and BMI In Adolescents: Results From The Québec Family Study. *British Journal Of Nutrition*. 104(7): 1074–1079 <https://doi.org/10.1017/S0007114510001662>
- GANLEY, R. M. (1989). Emotion And Eating In Obesity: A Review of The Literature. *International Journal Of Eating Disorders*. 8(3): 343–361 [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198905\)8:3<343::AID-EAT2260080310>3.0.CO;2-C](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198905)8:3<343::AID-EAT2260080310>3.0.CO;2-C)
- GARAULET, M., CANTERAS, M., MORALES, E., LÓPEZ-GUÏMERA, G., SÁNCHEZ-CARRACEDO, D., CORBALÁN-TUTAU, M. D. (2012). Validation Of A Questionnaire On Emotional Eating For Use In Cases of Obesity: The Emotional Eater Questionnaire (EEQ). *Nutricion Hospitalaria*. 27(2): 645–651 <https://doi.org/10.1590/S0212-16112012000200043>
- GELİEBTER, A., AVERSA, A. (2003). Emotional Eating In Overweight, Normal Weight, and Underweight Individuals. *Eating Behaviors*. 3(4): 341–347 [https://doi.org/10.1016/S1471-0153\(02\)00100-9](https://doi.org/10.1016/S1471-0153(02)00100-9)
- GHAFOURİ, S., ABDOLLAHİ, A., HAGİ, M., GANBARİ, A., ASMUNDSON, A. J. N. (2021). Psychometric Comparison of the Persian Salzburg Emotional Eating Scale and Emotional Eater Questionnaire Among Iranian Adults. *Research Square* <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-1033284/v1>
- GLİEM, J. A., GLİEM, R. R. (2003). Calculating, Interpreting, and Reporting Cronbach's Alpha Reliability Coefficient for Likert-Type Scales. *Midwest Research to Practice Conference in Adult, Continuing, and Community Education*. 82-88
- GOLD, P. W., CHROUSOS, G. P. (2002). Organization of the stress system and its dysregulation in melancholic and atypical depression: High vs low CRH/NE states. *Molecular Psychiatry*. 7(3): 254–275 <https://doi.org/10.1038/sj.mp.4001032>
- GOLDSCHMİDT, A. B., CROSBY, R. D., ENGEL, S. G., CROW, S. J., CAO, L., PETERSON, C. B., DURKİN, N. (2014). Affect and Eating Behavior In Obese Adults With and Without Elevated Depression Symptoms. *International Journal of Eating Disorders*. 47(3): 281–286 <https://doi.org/10.1002/eat.22188>
- GOODBOY, A. K., MARTİN, M. M. (2020). Omega over alpha for reliability estimation of unidimensional communication measures. *Annals Of The International Communication Association*. 44(4): 422–439 <https://doi.org/10.1080/23808985.2020.1846135>
- GROSS, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative



- Review. *Review of General Psycholog.* 2(3): 271–299  
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- HAYES, A. F., JACOB, J. C. (2020). Use Omega Rather than Cronbach's Alpha for Estimating Reliability. But... *Communication Methods and Measures.* 14(1): 1–24 <https://doi.org/10.1080/19312458.2020.1718629>
- HEATHERTON, T. F., BAUMEISTER, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin.* 110(1): 86–108  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.86>
- HENNING OLSSON, U., FOSS, T., TROYE, S. V, HOWELL, R. D. (2009). Structural Equation Modeling The Performance of ML, GLS, and WLS Estimation. *Structural Equation Modeling Under Conditions.* 7:(4) : 557-595  
[https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0704\\_3](https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0704_3)
- İLHAN, M., ÇETİN, B. (2014). Lisrel ve Amos Programları Kullanılarak Gerçekleştirilen Yapısal Eşitlik Modeli (Yem) Analizlerine İlişkin Sonuçların Karşılaştırılması. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology.* 5: 26–42.
- İNCEOĞLU, F. (2018). Doğrulayıcı faktör analizinde yarışan modeller ve klinik bir uygulaması. *Doktora Tezi İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Biyoistatistik ve Tıp Bilişimi Anabilim Dalı.*  
<http://abakus.inonu.edu.tr/xmlui/handle/11616/9336>
- ISASÍ, C. R., OSTROVSKY, N. W., WILLS, T. A. (2013). The Association of Emotion Regulation with Lifestyle Behaviors in Inner-City Adolescents. *Eat Behav.* 14(4). <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.07.009>
- JESUS, L. M. T., VALENTE, A. R. (2016). *Cross-cultural Adaptation of Health Assessment Instruments.SLHLAB.*
- JOHNSON, T. P. (2021). Approaches to equivalence in cross-cultural and cross-national survey research. *ZUMA-Nachrichten Spezial.* from [www.ssoar.info](http://www.ssoar.info)
- KAPLAN, H. I., KAPLAN, H. S. (1957). The psychosomatic concept of obesity. *The Journal of Nervous and Mental Disease.* 125(2): 181–201.  
<https://doi.org/10.1097/00005053-195704000-00004>
- KARA D. (2019). Duygusal Yeme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması Ve Geçerlik Güvenirlik Çalışması. *Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı,* 8(5): 55
- KARAÇAM, Z. (2019). Ölçme Araçlarının Türkçeye Uyarlanması Adaptation of Scales To Turkish. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi.* 2(1): 28-37
- KARAKOÇ, Y., DÖNMEZ, L. (2014). Ölçek Geliştirme Çalışmalarında Temel İlkeler. *Tıp Eğitimi Dünyası.* 13(40): 39–49 <https://doi.org/10.25282/ted.228738>
- KARAKUŞ, S. Ş., YILDIRIM, H., BÜYÜKÖZTÜRK, Ş. (2016). TAF Preventive Medicine Bulletin Üç faktörlü yeme ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması Adaptation of three factor eating questionnaire (TFEQ-R21) into Turkish culture: A validity and reliability study. *Prev Med*

Bull. 15: 229 <https://doi.org/10.5455/pmb.1-1446540396>

- KARLSSON, J., PERSSON, L. O., SJÖSTRÖM, L., SULLIVAN, M. (2000). Psychometric properties and factor structure of the Three-Factor Eating Questionnaire (TFEQ) in obese men and women. Results from the Swedish Obese Subjects (SOS) study. *International Journal of Obesity*. 24(12): 1715–1725 <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0801442>
- KAYA, B., ÇOLAKOĞLU, Ö. (2015). Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği (EDBÖ) Uyarlama Çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1): 17–30 <https://doi.org/10.17679/IUEFD.16127895>
- KAYA, M., DOĞAN, U. (2014). Öğrenci Sorumluluk: Ölçek Geliştirme, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Journal Of European Education-Avrupa Eğitim Dergisi*. 4(1): 11 <https://doi.org/10.18656/jee.22471>
- KEÇECİ, Ş. (2021). Kitap İncelemesi-3: Ölçek Geliştirme: Kuram ve Uygulamalar. In *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 8(1) <https://orcid.org/0000-0003-0545->
- KECK, M. M., VIVIER, H., CASSISI, J. E., DVORAK, R. D., DUNN, M. E., NEER, S. M., ROSS, E. J. (2020). Examining the Role of Anxiety and Depression in Dietary Choices among College Students. *nutrients*. 1-19 <https://doi.org/10.3390/nu12072061>
- KESKITALO, K., TUORILA, H., SPECTOR, T. D., CHERKAS, L. F., KNAAPILA, A., KAPRIO, J., SILVENTOINEN, K., PEROLA, M. (2008). The Three-Factor Eating Questionnaire, body mass index, and responses to sweet and salty fatty foods: A twin study of genetic and environmental associations. *American Journal of Clinical Nutrition* 88(2): 263–271 <https://doi.org/10.1093/ajcn/88.2.263>
- KİM, H., MILLSAP, R. (2014). Using the Bollen-Stine Bootstrapping Method for Evaluating Approximate Fit Indices. *Multivariate Behavioral Research*. 49(6): 581 <https://doi.org/10.1080/00273171.2014.947352>
- KIRAC, D., KASPAR, E., AVCILAR, T., CAKIR, O., ULUCAN, K., KURTEL, H., DEYNELI, O., & GUNAY, A. (2015). A New Method For Investigating Eating Behaviours Related With Obesity; Three-Factor Eating Questionnaire . *Journal of Marmara University Institute of Health Sciences*. 5(3): 1. <https://doi.org/10.5455/musbed.20150602015512>
- KLİNE, R. B. (2016). Principles and practice of structural equation modeling (4th ed.). New York: Guilford.
- KONTTINEN, H., KRONHOLM, E., PARTONEN, T., KANERVA, N., MÄNNISTÖ, S., HAUKKALA, A. (2014). Morningness–eveningness, depressive symptoms, and emotional eating: A population-based study. *Chronobiology International*. 31(4): 554–563 <https://doi.org/10.3109/07420528.2013.877922>
- KONTTINEN, H., VAN STRIEN, T., MÄNNISTÖ, S., JOUSILAHTI, P., HAUKKALA, A. (2019). Depression, emotional eating and long-term weight

- changes: A population-based prospective study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 16(1) <https://doi.org/10.1186/s12966-019-0791-8>
- KONTTINEN, H. (2020). Emotional eating and obesity in adults: the role of depression, sleep and genes. *Proceedings of the Nutrition Society*. 79(3): 283–289 <https://doi.org/10.1017/S0029665120000166>
- KOSE, G., TAYFUR, M., BIRINCIÖGLU, I., DONMEZ, A. (2017). Adaptation Study of the Mindful Eating Questionnaire (MEQ) into Turkish. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*. 1 <https://doi.org/10.5455/jcbpr.250644>
- KUMAR, K. (2012). A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling, 3<sup>rd</sup> ed. In *Journal of the Royal Statistical Society: Series A (Statistics in Society)*. 175(3) [https://doi.org/10.1111/j.1467-985x.2012.01045\\_12.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-985x.2012.01045_12.x)
- LAZAREVICH, I., IRIGOYEN-CAMACHO, M. E., DEL CONSUELO VELÁZQUEZ-ALVA, M., SALINAS-ÁVILA, J. (2015). Psychometric characteristics of the Eating and Appraisal Due to Emotions and Stress Questionnaire and obesity in Mexican university students. *Nutr Hosp*. 31(6): 2437–2444 <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.6.8960>
- LAZAREVICH, I., IRIGOYEN CAMACHO, M. E., VELÁZQUEZ-ALVA, M. DEL C., ZEPEDA ZEPEDA, M. (2016). Relationship among obesity, depression, and emotional eating in young adults. *Appetite*. 107: 639–644. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.09.011>
- LEIGH GIBSON, E. (2006). Emotional influences on food choice: Sensory, physiological and psychological pathways. *Physiology and Behavior*. 89(1): 53–61 <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2006.01.024>
- Licinio, J., Negrao, A. B., Wong, M. L. (2014). Plasma leptin concentrations are highly correlated to emotional states throughout the day. *Translational Psychiatry*. 4:10: 475–475. <https://doi.org/10.1038/tp.2014.115>
- LIU, H., YANG, Q., LUO, J., OUYANG, Y., SUN, M., XI, Y., YONG, C., XIANG, C., LIN, Q. (2020). Association between Emotional Eating, Depressive Symptoms and Laryngopharyngeal Reflux Symptoms in College Students: A Cross-Sectional Study in Hunan. *Nutriens*.12(6) <https://doi.org/10.3390/nu12061595>
- LOPEZ-CEPERO, A., FRISARD, C. F., LEMON, S. C., ROSAL, M. C. (2019). Association between emotional eating, energy-dense foods and overeating in Latinos. *Eating Behaviors*. 33: 40–43 <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2019.03.001>
- MACHT, M. (1999). Characteristics of eating in anger, fear, sadness and joy. *Appetite*. 33(1): 129–139 <https://doi.org/10.1006/appe.1999.0236>
- MACHT, M., HAUPT, C., SALEWSKY, A. (2004). Emotions and Eating In Everyday Life: Application Of The Experience-Sampling Method. *Ecology of Food and Nutrition*. 43(4): 11–21 <https://doi.org/10.1080/03670240490454723>

- MACHT, M. (2008). How emotions affect eating: A five-way model. In *Appetite*. 50(1): 1–11 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.07.002>
- MALLINCKRODT, B., WANG, C. C. (2004). Quantitative methods for verifying semantic equivalence of translated research instruments: A Chinese version of the experiences in close relationships scale. *Journal of Counseling Psychology*. 51(3): 368–379. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.3.368>
- MASHEB, R. M., & GRÍLO, C. M. (2006). Emotional overeating and its associations with eating disorder psychopathology among overweight patients with binge eating disorder. *International Journal of Eating Disorders*, 39(2), 141–146. <https://doi.org/10.1002/eat.20221>
- MCATAMNEY, K., MANTZÍOS, M., EGAN, H., WALLÍS, D. J. (2021). Emotional eating during COVID-19 in the United Kingdom: Exploring the roles of alexithymia and emotion dysregulation. *Appetite*. 161. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2021.105120>
- MEULE, A., ALLISON, K. C., PLATTE, P. (2014). Emotional Eating Moderates the Relationship of Night Eating with Binge Eating and Body Mass. *European Eating Disorders Review*. 22(2): 147–151 <https://doi.org/10.1002/erv.2272>
- MEULE, A., REICHENBERGER, J., BLECHERT, J., NOLAN, L. J. (2018). Development and Preliminary Validation of the Salzburg Emotional Eating Scale. *Frontiers in Psychology*. 9(88). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00088>
- MEULE, A., RICHARD, A., SCHNEPPER, R., REICHENBERGER, J., GEORGIÍ, C., NAAB, S., VODERHOLZER, U., & BLECHERT, J. (2019). Emotion regulation and emotional eating in anorexia nervosa and bulimia nervosa. 29(2): 175–191 <https://doi.org/10.1080/10640266.2019.1642036>
- MICHELIS, N., SIOEN, I., BRAET, C., HUYBRECHTS, I., VANAELST, B., WOLTERS, M., DE HENAUW, S. (2013). Relation between salivary cortisol as stress biomarker and dietary pattern in children. *Psychoneuroendocrinology*. 38(9): 1512–1520 <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2012.12.020>
- MUELLER, R. O., HANCOCK, G. R. (2001). Factor Analysis and Latent Structure, Confirmatory. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. 5239–5244 <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/00426-5>
- NOGAY, N. H. (2017). Introduction The role of psychological eating styles in obesity among Turkish adolescents: A cross-sectional study. *J PakMed Assoc*.67(4)
- NOLAN, L. J., HALPERİN, L. B., GELİEBTER, A. (2010). Emotional Appetite Questionnaire. Construct Validity and Relationship with BMI. *Appetite*. 54(2): 314–319 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2009.12.004>
- ORÇAN, F. (2018). Exploratory and confirmatory factor analysis: which one to use first?. *Değerlendirme Dergisi Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*. 9(4): 413–421 <https://doi.org/10.21031/epod.394323>

- Ouwens, M. A., Van Strien, T., & Van der Staak, C. P. F. (2003). Tendency toward overeating and restraint as predictors of food consumption. *Appetite*, 40(3): 291–298 [https://doi.org/10.1016/S0195-6663\(03\)00006-0](https://doi.org/10.1016/S0195-6663(03)00006-0)
- ÖNER, N. (1987). Kültürlerarası Ölçek Uyarlamasında Bir Yöntembilim Modeli. *Psikoloji Dergisi*. 6(1), 80-83
- ÖZDAMAR, K., SANİSOĞLU, Y., ERKORKMAZ Ü., ETİKAN İ., DEMİR O. (2012). Confirmatory Factor Analysis and Fit Indices: Review. *Article in Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*. <https://doi.org/10.5336/medsci.2011-26747>
- ÖZKAN, N., BİLİCİ, S. (2018). Yeme Davranışında Yeni Yaklaşımlar: Sezgisel Yeme Ve Yeme Farkındalığı. *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2
- ÖZTÜRK, A., DOĞANAY, A. (2017). Çocuk Hakları Temelli Okul Ölçeğinin Geliştirilmesi Developing The Children's Right Based School Scale. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 19(1): 41–58
- ÖZTÜRK, H., BABACAN, E.(2012). Bir Ölçek Geliştirme Çalışması Hastanede Çalışan Sağlık Personeli İçin İş Güvenliği Ölçeği A Study in Scale Development: The Occupational Safety Scale (OSS) for Health Care Personnel Working in Hospital. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. 9 (1)
- PATIR, S. (2010). Faktör Analizi İle Öğretim Üyesi Değerleme Çalışması. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 23(4): 69–86 <https://dergipark.org.tr/tr/pub/atauniiibd/34986>
- PÉNEAU, S., MÉNARD, E., MÉJEAN, C., BELLISLE, F., HERCBERG, S. (2013). Sex and dieting modify the association between emotional eating and weight status. *American Journal of Clinical Nutrition*. 97(6): 1307–1313. <https://doi.org/10.3945/ajcn.112.054916>
- PİNK, A. E., LEE, M., PRICE, M., WILLIAMS, C. (2019). A serial mediation model of the relationship between alexithymia and BMI: The role of negative affect, negative urgency and emotional eating. *Appetite*. 133: 270–278 <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2018.11.014>
- POLİVY, J., HERMAN, C. P. (1985). Dieting and bingeing: A causal analysis. *American Psychologist*. 40(2): 193–201 <https://doi.org/10.1037//0003-066x.40.2.193>
- PREFİT, A. B., CÂNDEA, D. M., SZENTAGOTAI-TĂTAR, A. (2019). Emotion regulation across eating pathology: A meta-analysis. *Appetite*. 143: 104-438. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2019.104438>
- RASPOPOW, K., ABİZAİD, A., MATHESON, K., & ANİSMAN, H. (2014). Anticipation of a psychosocial stressor differentially influences ghrelin, cortisol and food intake among emotional and non-emotional eaters. *Appetite*. 74: 35–43. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.11.018>
- REİCHENBERGER, J., SCHNEPPER, R., AREND, A. K., BLECHERT, J. (2020). Emotional eating in healthy individuals and patients with an eating

- disorder: Evidence from psychometric, experimental and naturalistic studies. *Proceedings of the Nutrition Society*. 79(3): 290–299 <https://doi.org/10.1017/S0029665120007004>
- REICHENBERGER, J., SCHNEPPER, R., AREND, A., RICHARD, A., VODERHOLZER, U., NAAB, S., BLECHERT, J. (2021). Emotional eating across different eating disorders and the role of body mass, restriction, and binge eating. *The International Journal of Eating Disorders*. 54(5): 773 <https://doi.org/10.1002/EAT.23477>
- REUTER, M., ZAMOSCİK, V., PLIEGER, T., BRAVO, R., UGARTEMENDIA, L., RODRIGUEZ, A. B., KIRSCH, P. (2021). Tryptophan-rich diet is negatively associated with depression and positively linked to social cognition. *Nutrition Research*. 85: 14–20 <https://doi.org/10.1016/J.NUTRES.2020.10.005>
- RICCA, V., CASTELLINI, G., FIORAVANTI, G., LO SAURO, C., ROTELLA, F., RAVALDI, C., LAZZERETTI, L., FARAVELLI, C. (2012). Emotional eating in anorexia nervosa and bulimia nervosa. *Comprehensive Psychiatry*. 53(3): 245–251 <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2011.04.062>
- ROTELLA, F., MANNUCCI, E., GEMIGNANI, S., LAZZERETTI, L., FIORAVANTI, G., RICCA, V. (2018). Emotional eating and temperamental traits in Eating Disorders: A dimensional approach. *Psychiatry Research*. 264: 1–8 <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.03.066>
- SANLIER, N., DILEK OGRETİR, A. (2008). The Relationship Between Stress and Eating Behaviors among Turkish Adolescence. *World Applied Sciences Journal*. 4(2): 233–237
- SARAÇLI, S. (2013). Faktör Analizinde Yer Alan Döndürme Metotlarının Karşılaştırmalı İncelenmesi Üzerine Bir Uygulama. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. 1(3): 22–26 <https://dergipark.org.tr/tr/pub/duzcesbed/66569>
- SCHACHTER, S., GOLDMAN, R., GORDON, A. (1968). Effects of fear, food deprivation, and obesity on eating. *Journal of Personality and Social Psychology*, 10(2): 91–97 <https://doi.org/10.1037/h0026284>
- SCHNEPPER, R., RICHARD, A., WILHELM, F. H., BLECHERT, J. (2019). A Combined Mindfulness/Prolonged Chewing Intervention Reduces Body Weight, Food Craving, and Emotional Eating. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 87(1): 106–111 <https://doi.org/10.1037/ccp0000361>
- SCHUMACKER, R. E., BEYERLEIN, S. T. (2009). Confirmatory Factor Analysis With Different Correlation Types and Estimation Methods. *Structural Equation Modeling*. 7(4): 629–636 [https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0704\\_6](https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0704_6)
- SERİN, Y., ŞANLIER, N. (2018). Duygusal Yeme, Besin Alımını Etkileyen Faktörler ve Temel Hemşirelik Yaklaşımları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. 9(2): 135–146 <https://doi.org/10.14744/phd.2018.23600>
- SEVİNCER, G., KONUK, N. (2013). Emotional eating. *Journal of Mood Disorders*. 3(4): 171. <https://doi.org/10.5455/jmood.20130926052526>

- SİMS, R., GORDON, S., GARCÍA, W., CLARK, E., MONYE, D., CALLENDER, C., CAMPBELL, A. (2008). Perceived stress and eating behaviors in a community-based sample of African Americans. *Eating Behaviors*. 9(2): 137–142. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2007.06.006>
- SNOEK, H. M., ENGELS, R. C. M. E., JANSSENS, J. M. A. M., VAN STRIEN, T. (2007). Parental Behaviour And Adolescents' Emotional Eating. *Appetite*. 49(1): 223–230 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.02.004>
- SPOOR, S. T. P., BEKKER, M. H. J., VAN STRIEN, T., VAN HECK, G. L. (2007). Relations between negative affect, coping, and emotional eating. *Appetite*. 48(3): 368–376. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2006.10.005>
- ST-ONGE, M. P., WOLFE, S., SY, M., SHECHTER, A., HIRSCH, J. (2014). Sleep restriction increases the neuronal response to unhealthy food in normal-weight individuals. *International Journal of Obesity*. 38(3): 411–416 <https://doi.org/10.1038/ijo.2013.114>
- STEVEN W. (2004). Self-Assessed Emotional Factors Contributing to Increased Weight Gain in Pre-surgical Bariatric Patients. *Obesity Surgery*. 14: 1402–1405.
- STOECKEL, L.E., WELLER, R. E., COOK, E. W., TWIEG, D. B., KNOWLTON, R. C., COX, J. E. (2008). Widespread reward-system activation in obese women in response to pictures of high-calorie foods. *NeuroImage*. 41(2): 636–647 <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2008.02.031>
- STUNKARD, A. J., MESSICK, S. (1985). The three-factor eating questionnaire to measure dietary restraint, disinhibition and hunger. *Journal of Psychosomatic Research*. 29(1): 71–83 [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(85\)90010-8](https://doi.org/10.1016/0022-3999(85)90010-8)
- SUHR, D. D. (1999). *Exploratory or Confirmatory Factor Analysis?. SUGI31*. 200-231
- SULTSON, H., KUKK, K., AKKERMANN, K. (2017). Positive and negative emotional eating have different associations with overeating and binge eating: Construction and validation of the Positive-Negative Emotional Eating Scale. *Appetite*. 116: 423–430. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.035>
- SÜMER N. (200). Yapısal Eşitlik Modelleri: Temel Kavramlar ve Örnek Uygulamalar. *Türk Psikolojileri Yazıları*. 3(6): 49-74
- ŞENCAN H. (2005). Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik ve Geçerlilik. *Seçkin Yayıncılık*. 8(2)
- TANOFSKY-KRAFF, M., THEİM, K. R., YANOVSKİ, S. Z., BASSETT, A. M., BURNS, N. P., RANZENHOFER, L. M., GLASOFER, D. R., YANOVSKİ, J. A. (2007). Validation of the emotional eating scale adapted for use in children and adolescents (EES-C). *International Journal of Eating Disorders*. 40(3): 232–240 <https://doi.org/10.1002/eat.20362>
- TEZBAŞARAN, A. A., (2008). Likert Tipi Ölçeklere Madde Seçmede Geleneksel Madde Analizi Tekniklerinin Karşılaştırılması. (3th ed.) 3: 9-51

- THOLIN, S., RASMUSSEN, F., TYNELIUS, P., KARLSSON, J. (2005). Genetic and environmental influences on eating behavior: The Swedish Young Male Twins Study. *American Journal of Clinical Nutrition*. 81(3): 564–569 <https://doi.org/10.1093/ajcn/81.3.564>
- TORRES, S. J., NOWSON, C. A. (2007). Relationship between stress, eating behavior, and obesity. *Nutrition*. 23(11–12): 887–894 <https://doi.org/10.1016/j.nut.2007.08.008>
- TURTON, R., CHAMI, R., TREASURE, J. (2017). Emotional Eating, Binge Eating and Animal Models of Binge-Type Eating Disorders. *Current obesity reports*. 6(2) 217–228 <https://doi.org/10.1007/s13679-017-0265-8>
- ÜNAL, Ş., SEVİNÇER, M., MANER, F. (2018). Bariatrik Cerrahi Sonrası Kilo Geri Alımının; Gece Yeme, Duygusal Yeme, Yeme Endişesi, Depresyon ve Demografik Özellikler Tarafından Yordanması. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 30(1):31-41. <https://doi.org/10.5080/u23174>
- VAN STRIEN, T., FRIJTERS, J. E. R., BERGERS, G. P. A., DEFARES, P. B. (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*. 5(2): 295–315 [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198602\)5:2<295::AID-EAT2260050209>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198602)5:2<295::AID-EAT2260050209>3.0.CO;2-T)
- VAN STRIEN, TATJANA, & OUWENS, M. A. (2007). Effects of distress, alexithymia and impulsivity on eating. *Eating Behaviors*. 8(2): 251–257. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2006.06.004>
- VAN STRIEN, TATJANA, PETER HERMAN, C., VERHEIJDEN, M. W. (2012). Eating style, overeating and weight gain. A prospective 2-year follow-up study in a representative Dutch sample. *Appetite*. 59(3): 782–789 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.08.009>
- VAN STRIEN, TATJANA, ROELOFS, K., DE WEERTH, C. (2013). Cortisol reactivity and distress-induced emotional eating. *Psychoneuroendocrinology*. 38(5): 677–684 <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2012.08.008>
- VAN STRIEN, T., CEBOLLA, A., ETCHEMENDY, E., GUTIÉRREZ-MALDONADO, J., FERRER-GARCÍA, M., BOTELLA, C., BAÑOS, R. (2013). Emotional eating and food intake after sadness and joy. *Appetite*. 66: 20–25 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.02.016>
- VAN STRIEN, TATJANA, KOENDERS, P. G. (2014). Effects of emotional eating and short sleep duration on weight gain in female employees. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*. 56(6): 659–666 <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000172>
- VAN STRIEN, TATJANA, KONTTINEN, H., HOMBERG, J. R., ENGELS, R. C. M. E., & WINKENS, L. H. H. (2016). Emotional eating as a mediator between depression and weight gain. *Appetite*, 100, 216–224. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.02.034>
- VAN STRIEN, TATJANA. (2018). Causes of Emotional Eating and Matched



- Treatment of Obesity. *Current Diabetes Reports*. 18 (6) 1–8  
<https://doi.org/10.1007/s11892-018-1000-x>
- VAN STRIËN, TATJANA, KONTTINEN, H. M., OUWENS, M. A., VAN DE LAAR, F. A., WINKENS, L. H. H. (2020). Mediation of emotional and external eating between dieting and food intake or BMI gain in women. *Appetite*. 145: 104–493 <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2019.104493>
- VITTENGL, J. R. (2018). Mediation of the bidirectional relations between obesity and depression among women. *Psychiatry Research*. 264: 254–259  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.03.023>
- WALKER, D. A., SMITH, T. J. (2017). Computing Robust, Bootstrap-Adjusted Fit Indices for Use With Nonnormal Data. *Measurement And Evaluation In Counseling And Development*. 50: (1-2) 131–137  
<https://doi.org/10.1080/07481756.2017.1326748>
- WATKINS, M. W., DOMBROWSKI, S. C., CANIVEZ, G. L. (2017). Reliability and factorial validity of the Canadian Wechsler Intelligence Scale for Children–Fifth Edition. *International Journal Of School & Educational Psychology*. 6(4): 252–265 <https://doi.org/10.1080/21683603.2017.1342580>
- WENDY J. C., MARISA C. M. (2015) Recommendations for translation and cross-cultural adaptation of instruments for occupational therapy research and practice. *Rev Ter Ocup Univ São Paulo*. 26(1):50-7  
<https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/85280/96367>
- WHO. (2021). Obesity and overweight. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (Retrieved April 23, 2021)
- WHO. (2010). Guidelines on Translation Process of translation and adaptation of instruments. Available at: [http://www.who.int/substance\\_abuse/research\\_tools/translation/en/](http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/translation/en/) (Retrieved March 16, 2021)
- WILLIAMS, B., ONSMAN, A., BROWN, T. (2010). Exploratory factor analysis: A five-step guide for novices. *Australasian Journal of Paramedicine*. 8(3): 1–13 <https://doi.org/10.33151/ajp.8.3.93>
- WING, R. R., BLAIR, E. H., EPSTEIN, L. H., MCDERMOTT, M. D. (1990). Psychological Stress and Glucose Metabolism in Obese and Normal-Weight Subjects: A Possible Mechanism for Differences in Stress-Induced Eating. *Health Psychology*, 9(6): 693–700
- WOLFF, G. E., CROSBY, R. D., ROBERTS, J. A., WITTROCK, D. A. (2000). Differences in daily stress, mood, coping, and eating behavior in binge eating and nonbinge eating college women. *Addictive Behaviors*. 25(2): 205–216  
[https://doi.org/10.1016/S0306-4603\(99\)00049-0](https://doi.org/10.1016/S0306-4603(99)00049-0)
- WOOD, S. M. W., SCHEMBRE, S. M., HE, Q., ENGELMANN, J. M., AMES, S. L., BECHARA, A. (2016). Emotional eating and routine restraint scores are associated with activity in brain regions involved in urge and self-control. *HHS Public Access. Physiol Behav*. 165: 405–412  
<https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2016.08.024>

- YAM, K. Y., NANINCK, E. F. G., ABBINK, M. R., LA FLEUR, S. E., SCHIPPER, L., VAN DEN BEUKEL, J. C., GREFFHORST, A., OOSTING, A., VAN DER BEEK, E. M., LUCASSEN, P. J., KOROSI, A. (2017). Exposure to chronic early-life stress lastingly alters the adipose tissue, the leptin system and changes the vulnerability to western-style diet later in life in mice. *Psychoneuroendocrinology*. 77: 186–195  
<https://doi.org/10.1016/J.PSYNEUEN.2016.12.012>
- YAMAN, S. (2016). Adapting of Science Learning Self-Efficacy Belief Scale for Middle School Students: Validity and Reliability Study. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*. 17(2): 123–140
- YAŞLIOĞLU, M. (2017). Sosyal Bilimlerde Faktör Analizi ve Geçerlilik: Keşfedici ve Doğrulayıcı Faktör Analizlerinin Kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*. 46: 74–85  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/iuisletme/357061>
- YAU, Y. H. C., POTENZA, M. N. (2013). Stress and eating behaviors. *Minerva Endocrinologica NIH Public Access*. 38(3): 255–267
- YILMAZ, V. V. (2015). Hazır Yazılımlar İle Yapısal Eşitlik Modellemesi: Amos, Eqs, Lisrel. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 44
- YUNG, Y.-F., BENTLERT, P. M. (1994). Bootstrap-corrected ADF test statistics in covariance structure analysis. *British Journal u/ Muthmutirul Und Stutistirul Pyrholuuy*. 47(3): 84 <https://doi.org/10.1111/j.2044-8317.1994.tb01025.x>
- YURDUGÜL, H. (2005). Ölçek Geliştirme Çalışmalarında Kapsam Geçerliliği için Kapsam Geçerlik indekslerinin Kapsam Geçerlik Kullanılması. *Pamukkale Üniversitesi XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi*.1-5
- ZHANG, Y., HOU, F., YANG, S., Lİ, J., ZHA, X., SHEN, G. (2021). Beyond emotion: online takeaway food consumption is associated with emotional overeating among Chinese college students. *Eating and Weight Disorders*. 1: 1–10 <https://doi.org/10.1007/S40519-021-01224-2/TABLES/2>
- ZHU, W. (1997). Making Bootstrap Statistical Inferences: A Tutorial. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 68(1): 44–55  
<https://doi.org/10.1080/02701367.1997.10608865>

**EKLER****EK 1 - SDYÖ Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması için Ölçeği Geliştiren Sorumlu Araştırmacıdan Alınan İzin Belgesi**

Ayşenur Gültekin &lt;aysenurgultekin0258@gmail.com&gt;

**Salzburg Emotional Eating Scale Turkish Validity and Reliability**

2 ileti

**Ayşenur Gültekin** <.....>  
Alıcı: ;.....>

6 Ocak 2021 18:06

Hi, Dr.Adrian Meule

I hope you have been fine since our meeting.  
My work on "Salzburg Emotional Eating Scale Turkish Validity and Reliability" continue at full speed.  
For the ethics committee that I will present to my school, I have to show that you consent to this study.  
In response to this email, can you indicate that you allow the Turkish Validity and Reliability study of the Salzburg Emotional Eating Scale?

Thank you again.  
Have a healthy and good day

Dietitian Ayşenur Gültekin

**Meule, Adrian Dr.** <.....>  
Alıcı: Ayşenur Gültekin <.....>

7 Ocak 2021 10:05

Hi Ayşenur,

Herewith, I confirm that you have my consent for translating and using the Salzburg Emotional Eating Scale.

Best regards,

Adrian

EK 2 - Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan Alınan Uygunluk Onayı



T.C.  
Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi  
Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu  
KARARLAR

**Toplantı Tarihi-Saati:**2021-02-24 - 12.30  
**Toplantı Sayısı:**T2021-585  
**Toplantı Yeri:**Telekonferans

**KARAR - 7 :**

Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans Programı 1198210102 numaralı öğrencisi Ayşenur GÜLTEKİN'in danışmanı Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem BOZKIR yürütücülüğünde yapacağı "Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması" isimli yüksek lisans tezi hakkında görüşüldü. İlgili mevzuatlara uygunluğu incelenerek mevcudun oybirliği ile uygun bulunarak onaylanmasına karar verilmiştir

**İMZA**

Rektör Yardımcısı

**İMZA**

Tıp Fakültesi

**İMZA**

Çorlu Mühendislik Fakültesi

**İMZA**

Ziraat Fakültesi

**İMZA**

Veteriner Fakültesi

**İMZA**

İktisadi ve İdari Bilimler  
Fakültesi

**İMZA**

Fen Edebiyat Fakültesi

## EK 3 - Demografik Bilgi Formu

**SALZBURG DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

Sayın Katılımcı,

Sizi Ayşenur GÜLTEKİN tarafından yürütülen “Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği Türkçe Geçerlik Güvenirlik Çalışması” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bizimle iletişime geçebilirsiniz.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sağlığı; sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, insanın fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden tam bir iyilik halinde olması şeklinde tanımlamıştır. Sağlıklı olabilmenin ön koşullarından birisi yeterli ve dengeli beslenmektir. Beslenme kişinin biyolojik ihtiyaçlarına göre şekillenebileceği gibi psikolojik durumlardan da etkilenebilmektedir. İnsan sağlığında büyük yer sahibi olan beslenme ve beslenme davranışlarının değerlendirildiği ölçekler geliştirilmiştir. Bu ölçeklerin seçici, güvenilir ve geçerli olması gerekir. Çalışma Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği 'nin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliğini yapmayı amaçlamaktadır. Gebe ve emzikli bireyler çalışmaya dâhil edilmeyecektir. Ankette kimlik bilgileriniz sorgulanmayacak ve cevaplarınız bu çalışma dışında hiçbir yerde kullanılmayacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalı olup anketi doldurmak en fazla 10 dakikanızı alacaktır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Soruları yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen formlardaki soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen bilimsel amaç ile kullanılacaktır. Verdiğiniz bilgilerle bilimsel araştırmaya katkı sağladığınız için çok teşekkür eder, sağlıklı günler dileriz.

Çalışma içeriği ile ilgili bilgilere aysenurgultekin0258@gmail.com adresinden Ayşenur Gültekin'e ulaşarak edinebilirsiniz

Bu çalışmaya tamamen kendi rızam ile katılıyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasına izin veriyorum. **\*O izin veriyorum**

**DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

Rumuz (Ad-Soyad baş harflerinizi ve telefon numaranızın son 4 hanesi ile oluşturunuz. Örneğin; Ayşenur Gültekin, Tel: 0555 555 1012 olan kişi AG1012 olarak belirtmelidir):

Yaşınız:

## EK 3 - Demografik Bilgi Formu Devamı

<b>DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU</b>	
Cinsiyetiniz: Kadın <input type="radio"/> Erkek <input type="radio"/>	
Medeni Durumunuz: Bekâr <input type="radio"/> Evli <input type="radio"/> Diğer <input type="radio"/>	
Eğitim durumu: İlkokul <input type="radio"/> Ortaokul <input type="radio"/> Lise <input type="radio"/> Üniversite <input type="radio"/> Yüksek lisans/Doktora <input type="radio"/>	
Meslek/Ünvan: <input type="radio"/> Öğrenci <input type="radio"/> Akademisyen <input type="radio"/> İdari Personel	
Aylık Gelir Düzeyi: 0-2800 TL <input type="radio"/> 2801-5000 TL <input type="radio"/> 5001-7500 TL <input type="radio"/> 7501-10000 TL <input type="radio"/> 10000 TL üzeri <input type="radio"/>	
Doktor tarafından tanı konulmuş kronik hastalığınız var mı? <input type="radio"/> Evet (Belirtiniz:...) <input type="radio"/> Hayır	
Düzenli kullandığınız ilaç/vitamin varsa belirtiniz. * <input type="radio"/> Evet (Belirtiniz:...) <input type="radio"/> Hayır	
Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı varsa belirtiniz* <input type="radio"/> Evet (Belirtiniz:...) <input type="radio"/> Hayır	
Sigara kullanıyor musunuz? <input type="radio"/> Evet (..... adet/gün) <input type="radio"/> Hayır	
Genel olarak uyuma sürenizi değerlendirirseniz günde ortalama kaç saat uyuyorsunuz? <input type="radio"/> 6 saatten daha az <input type="radio"/> 6-8 saat arası <input type="radio"/> 8 saatten daha fazla	
Düzenli olarak (haftada en az üç gün/ en az 30 dk) spor/egzersiz yapar mısınız? <input type="radio"/> Evet <input type="radio"/> Hayır	
Boy uzunluğunuz (cm):.....	
Vücut ağırlığınız (kg):.....	

## EK 4 - DEBQ Duygusal Yeme Alt Ölçeği

DEBQ Duygusal Yeme Alt Ölçeği Maddeleri					
	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık	Çok sık
Bir şeyden rahatsız olduğunuzda daha fazla yemek yemek ister misiniz?					
Yapacak bir şeyiniz olmadığında yemek ister misiniz?					
Depresyonda olduğunuzda ya da hayal kırıklığına uğradığınızda yemek ister misiniz?					
Kendinizi yalnız hissettiğinizde yemek ister misiniz?					
Biri sizi üzdüğünde yemek ister misiniz?					
Sinirleriniz bozuk olduğu zaman yemek ister misiniz?					
İstemediğiniz bir şey olduğu zaman yemek ister misiniz?					
Kaygılı, endişeli olduğunuz zaman yemek ister misiniz?					
Bir şeyler ters ya da yanlış gittiğinde yemek ister misiniz?					
Korktuğunuz zaman yemek ister misiniz?					
Hayal kırıklığına uğradığınız zaman yemek ister misiniz?					
Duygusal olarak üzüntülü olduğunuzda yemek ister misiniz?					
Huzursuz olduğunuzda ya da canınız sıkın olduğunda yemek ister misiniz?					

EK 5 - SDYÖ Türkçe Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması Uzman Değerlendirme Formu

<b>SALZBURG DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI</b>					
Ölçek maddelerine verilen yanıtların Türkçe Formu	Her zamankinden çok daha az yerim	Her zamankinden daha az yerim	Her zamanki kadar yerim	Her zamankinden daha fazla yerim	Her zamankinden çok daha fazla yerim
Ölçek maddelerine verilen yanıtların İngilizce Formu	I eat much less than usual. 1	I eat less than usual 2	I eat just as much as usual. 3	I eat more than usual. 4	I eat much more than usual. 5
<b>Uygun</b>					
<b>Madde Hafifçe Gözden Geçirilmeli</b>					
<b>Madde Ciddi Olarak Gözden Geçirilmeli</b>					
<b>Madde Uygun Değil</b>					
<b>Önerileriniz</b>					
<b>Ölçek Maddeleri</b>	<b>Değerlendirme Maddeleri</b>				
	Uygun	Madde Hafifçe Gözden Geçirilmeli	Madde Ciddi Olarak Gözden Geçirilmeli	Madde Uygun Değil	
1. İyimser hissettiğimde, <b>When I feel optimistic,</b> <b>Önerileriniz</b>					
2. Mutlu olduğumda, <b>When I am happy,</b> <b>Önerileriniz</b>					
3. Neşeli olduğumda, <b>When I am cheerful,</b> <b>Önerileriniz</b>					
4. Gurur duyduğumda, <b>When I am proud,</b> <b>Önerileriniz</b>					
5. Güvende hissettiğimde, <b>When I feel confident,</b> <b>Önerileriniz</b>					
6. Yalnız hissettiğimde, <b>When I feel lonely,</b> <b>Önerileriniz</b>					
7. Depresyonda olduğumda, <b>When I am depressed,</b> <b>Önerileriniz</b>					
8. Üzgün olduğumda, <b>When I am sad,</b> <b>Önerileriniz</b>					



EK 5 - SDYÖ Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması Uzman Değerlendirme Formu Devamı

	Uygun	Madde Hafifçe Gözden Geçirilmeli	Madde Ciddi Olarak Gözden Geçirilmeli	Madde Uygun Değil
9.Sıkıldığımda, <b>When I am bored,</b> <b>Önerileriniz</b>				
10.Hayal kırıklığına uğradığımda, <b>When I am frustrated,</b> <b>Önerileriniz</b>				
11.Öfkeli olduğumda, <b>When I am furious,</b> <b>Önerileriniz</b>				
12.Kızgın olduğumda, <b>When I am angry,</b> <b>Önerileriniz</b>				
13.Rahatsız (İrrite) edildiğimde <b>When I am irritated,</b> <b>Önerileriniz</b>				
14.Moralim bozuk (Keyifsiz) olduğunda, <b>When I am upset,</b> <b>Önerileriniz</b>				
15.Kıskandığımda, <b>When I am jealous,</b> <b>Önerileriniz</b>				
16.Gergin olduğumda, <b>When I am tense,</b> <b>Önerileriniz</b>				
17.Kaygılı olduğumda, <b>When I am anxious,</b> <b>Önerileriniz</b>				
18.Endişeli olduğumda, <b>When I am worried,</b> <b>Önerileriniz</b>				
19.Gergin (Stresli) olduğumda, <b>When I am nervous,</b> <b>Önerileriniz</b>				
20.Rahatsız (Huzursuz) hissettiğimde, <b>When I feel uneasy,</b> <b>Önerileriniz</b>				

## EK 6 - Salzburg Duygusal Yeme Ölçeği (SDYÖ) Türkçe Formu

<b>SALZBURG DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ</b>					
	Her zamankinden çok daha az yerim.	Her zamankinden daha az yerim.	Her zamanki kadar yerim.	Her zamankinden daha fazla yerim.	Her zamankinden çok daha fazla yerim.
1.İyimser hissettiğimde,					
2.Mutlu olduğumda,					
3.Neşeli olduğumda,					
4.Gurur duyduğumda,					
5.Kendime güvendiğimi hissettiğimde,					
6.Yalnız hissettiğimde,					
7.Depresif hissettiğimde,					
8.Üzgün olduğumda,					
9.Sıkıldığımda,					
10.Hayal kırıklığına uğradığımda,					
11.Öfkeli olduğumda,					
12.Kızgın olduğumda,					
13.İrrite olduğumda (Herhangi bir sebeple daha kolay sinirlenebilme),					
14. Moralim bozuk olduğunda (Kızgınlık sonucu oluşan keyifsizlik ve moral bozukluğu),					
15.Kıskandığımda,					
16.Gergin (Stresli durumlarda oluşan gerginlik) olduğumda,					
17.Kaygılı olduğumda,					
18.Endişeli olduğumda,					
19.Gergin olduğumda (Sınav, randevu vb. öncesi hissedilen gerginlik),					
20.Rahatsız (huzursuz) hissettiğimde,					