

# Yeme Arzusu Ölçeği'ni Türkçeye Uyarlama Çalışması

Şadiye AKKURT<sup>1</sup>, Gizem KÖSE<sup>2</sup>, Aslıhan DÖNMEZ<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup>İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

<sup>3</sup>Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

## Öz

Food Craving Questionnaire-Trait Ölçeğinin Türkçe versiyonunu, psikometrik özelliklerini, faktör yapısını ve ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmek ve geçerliliğini belirlemektir. Araştırma önce 355 kişiyle başlanmış fakat kullanılan ilaçlar dışlanarak katılımcı sayısı 302 kişi ile tamamlanmıştır. Örneklem grubu 18–65 yaş aralığında farklı meslek gruplarına sahip çoğunlukla Milli Eğitimde görevli olan öğrenci-öğretmen ve okul idaresinden oluşmaktadır. Uygulanan anket formları; demografik veri formu, yeme arzusu ölçeği (39 madde), yeme tutum testi (40 madde) den oluşmaktadır. Yeme Arzusu Ölçeğinin 39 madde 9 alt boyutu doğrulayıcı faktör analizinde çalışılmıştır ve tüm maddelerin faktör yüklerinin ve hata varyanslarının uygun olduğu ancak uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeylerde olmadığı tespit edilmiştir. Yeme Arzusu Ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları kapsamında doğrulayıcı faktör analizi AMOS 22,0 programı; madde toplam korelasyonu, Cronbach Alpha ve eşdeğer (paralel) form güvenilirliği testleri SPSS 15,0 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Değişkenlere göre karşılaştırmada bağımsız iki örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testinden yararlanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi 0,05 ( $p<0,05$ ) olarak belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi, Food Craving Questionnaire-Trait'in faktör yapılarını doğrulamıştır. Ölçüt toplam puanı ve alt boyut puanlarından elde edilen sonuçlar iç tutarlılık göstererek güvenilirliği doğrulamıştır ( $\alpha=0,96$ ). Food Craving Questionnaire-Trait'in Türkçe versiyonu iyi bir yapıya ve geçerliliğe sahiptir.

**Anahtar Kelimeler:** Yeme arzusu, obezite, beslenme, duygusal açlık, yeme bağımlılığı, yeme bozuklukları

## Abstract

### Adaptation of the Food Craving Questionnaire-Trait Into Turkish

We aimed to evaluate psychometric features, factor structure and internal consistency of the Turkish version of Food Craving Questionnaire-Trait Scale, and to determine its validity. The study was started with 355 individuals at the beginning but number of participants was completed with 302 individuals by excluding the medicines used. Sample group includes students-teachers who are at 18–65 age range, have different occupational groups and generally serve at Ministry of National Education and of school administrations. The questionnaires used comprise form of demographical data, food craving scale (including 39 articles) and eating attitudes test (including 40 articles). Finding: 39 articles and 9 sub-dimensions of Food Craving Scale were studied by confirmatory factor analysis and it was determined that factor loads and error variances of all articles are proper but fit indexes are not at allowable levels. Reliability and validity studies of Food Craving Scale were carried out using confirmatory factor analysis AMOS 22.0 program and total item correlation, Cronbach Alpha and equivalent (parallel) form reliability tests were carried out using SPSS 15.0 program. Two unpaired sample t tests and one-way analysis of variance (ANOVA) were used in comparison by variables. Significance level was determined as 0.05 ( $p<0.05$ ) in the analyses. Confirmatory factor analysis has confirmed factor structures of Food Craving Questionnaire-Trait. The results obtained from criterion total point and sub-dimension points showed internal consistency and thus reliability has been confirmed ( $\alpha=0.96$ ). Turkish version of Food Craving Questionnaire-Trait has an agreeable structure and validity.

**Keywords:** Food craving, obesity, nutrition, emotional hunger, eating addiction, eating disorders

### Correspondence / Yazışma:

Şadiye AKKURT

Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

Tel: 0505 925 85 81

E-mail: sadiye\_akkurt@windowslive.com

Received / Geliş: September 17, 2018

Accepted / Kabul: October 17, 2018

©2018 JCBPR. All rights reserved.

## GİRİŞ

Bilimsel literatürde 1980'li yılların ortalarına kadar yeme arzusu kavramına az rastlanmıştır fakat 1990 lı yıllarda yeme arzusu fenomenolojisi ve prevalansı ile ilgili önemli çalışmalar yapılmıştır ve yeme arzusu ile ilgili bilimsel çalışmalar hızla artmaya başlamıştır. Yeme arzusu, genellikle bir gıda maddesini yemeye karşı gelişen yoğun bir istek ve arzu olarak tanımlanır. (Weingarten & Elston, 1990) Yeme arzusunu diğer açlık duygularından ayıran fark yoğun bir duygu ve kişiye özgül olmasıdır. (Hill, 2007) Yeme arzusu ve açlık birlikte yaşansa da yeme arzusunu yaşamak için bir enerji açığı şart değildir yani acıkmadan da kişi yeme arzusu yaşayabilir. (Pelchat ve Schaefer, 2000)

İştah ve yeme davranışı kavramına ilişkin literatür araştırmalarında yaygın olan hipotezlerde; arzular, fizyolojik eksiklikleri (örneğin, enerji tükenmesi) gidermek yada fizyolojik olarak aracılık edilen duygudurum bozukluklarını onarmak ihtiyacından doğmaktadır. (Weingarten & Elston, 1990) Besin maddelerini görmek, koklamak ya da tatmak, kişiyi besin alımına hazırlar ve arzusunun artmasına bağlı olarak sefalik faz tepkilerini ortaya çıkarır. (Nederkoorn ve ark., 2000). Fizyolojik olarak bu sonuçlar; tükürük salgılanmasına, kardiyovasküler aktivitede (örneğin, kalp hızı ve kan basıncı) artışa, vücut ısısının artmasına, elektrodermal aktivitenin artmasına ve solunumun hızlanmasına neden oluşturmaktadır. (Legenbauer ve ark., 2004); Nederkoorn ve ark., 2000; Vögele ve Florin, 1997)

Fizyolojik teoriler, besin alımında beslenmenin ve enerjisel homeostatik rolün önemini vurgulamaktadır (örneğin, yeme arzusu olan ve kısıtlı besin alımı yaşayan bireylerde bu durum daha sık görülmektedir (Wardle, 1987) ya da arzulanan gıdalara yönelik var olan belirli bileşiklerdeki psikoaktif özellikler (örn. karbonhidrat arzusunun, merkezdeki serotonin bulgusunu hafifletmek için “kendi kendine ilaç” olarak ortaya çıktığı) öne sürülmektedir. (Wurtman ve Wurtman, 1986) Yapılan gözlemlerde yeme arzusunun genellikle belirli yiyeceklerle sınırlı kaldığı (örneğin, çikolata) ve bu yiyecekler tüketildiğinde kaybedilen besin eksikliklerinin geri kazanıldığı görülmektedir (örneğin, tatlı bir besin tüketmek glikoz seviyesi yeniden düzenler) (Blouin ve ark., 1993) ve karbonhidrat tüketimi beyin serotonin seviyesini yükselterek depresyon semptomlarını azaltabilir. (Bancroft ve ark., 1993)

Yeme arzusu ortak bir deneyimdir ve çoğu kişi tarafından zaman zaman tecrübe edilir özellikle kadınlar erkeklerden daha sık yeme arzusu yaşarlar. (Cepeda-Benito ve ark., 2003; Weingarten ve Elston 1991) Aşırı yemek yeme arzusunun temelinde bulimia ve obezite hastalarında sık

rastlanan kısıtlayıcı ya da kalıplaşmış besin alımının etkili olduğu ileri sürülmektedir. (Weingarten ve Elston, 1991) Yeme arzusu, daha sık ve yoğun besin istekleri, düşük diyet başarısı, aşırı kilo ve aşırı beslenme ile de ilişkili bulunmuştur. (Franken ve Muris 2005; Gendall ve ark., 1997; Meule ve ark., 2017; Potenza ve Grilo, 2014) Yapılan araştırmaların kanıtı yeme arzusunun bireyde aşırı yemek yeme isteğini ortaya çıkardığını savunsa da aslında yeme arzusunun, aşırı yemek yemeye ya da obeziteye neden olduğu bulunulamamıştır. (Weingarten ve Elston, 1990, 1991; Harvey ve ark., 1993). Özellikle fark edilmiştir ki yeme arzusu yaşayan bireyler kendilerini rahatsız edecek yada yaşamlarını riske atacak yeme kalıpları geliştirmemişlerdir. (Gendall ve ark., 1998)

Araştırmacılar yeme arzusunu kavramsallaştırırken tek boyut ve çok yönlü boyut ifadelerinden bahsederler. (Tiffany, S. 1990, Kozlowski ve ark., 1989, 1996). Çok boyutlu bakış açısından yana olan araştırmacılar, yeme arzusunun altında yatan motivasyonel yönlerine bakarak ayırım yapmayı tercih etmektedirler; örneğin, çevresel tetikleyiciler, madde kullanımının oluşturduğu sonuçlar gibi (Cepeda-Benito ve Gleaves, 2001) Madde bağımlılığı üzerine çalışan araştırmacılar; bağımlılık davranışının devam etmesinde ve tedavi sürecinde ilaç bırakmanın sonucu olarak yüksek oranda bağımlılığın nüksettiğini ve maddeye karşı yoğun arzusunun kişinin suçluluk duygusunu arttırdığını kanıtlamışlardır. (Tiffany, S. 1990, 1994)

Yeme arzusuyla ilgili olarak pek çok araştırmacı ölçümlerin bilimsel olmamasından ve kesin olmamasından kaynaklı memnuniyetsizliklerini dile getirmiştir. (Booth ve ark., 1989; Weingarten ve Elston, 1990; Michener ve Rozin, 1994). Bu memnuniyetsizlikler üzerine iki çok faktörlü yeme arzusu ölçümü (FCQ-T) ve (FCQ-S) geliştirilmiştir Cepeda-Benito ve ark., (2000b) Yeme arzusu ölçümleri, yeme arzusunun çeşitli psikolojik süreçlerden kaynaklandığını ve dile getirilebilecek teori ile tutarlı olacağı şekilde geliştirilmiştir (Weingarten ve Elston, 1990). Anket formunun bazı maddeleri uyuşturucu arzularının psikometrik olarak sağlıklı, çok boyutlu anketlerinde bulunan maddelerine benzer şekilde geliştirilmiştir (Tiffany ve Drobos, 1991; Tiffany ve ark., 1993; Singleton ve ark., 1994). Maddelerin geri kalanı; iştah ve yeme bozukluğu literatürüne bağlı kalarak, yeme arzusunu kavramsallaştırmak adına geliştirilmiştir (Rodin ve ark., 1991; Sitton, S. C. 1991; Weingarten ve Elston, 1991; Harvey ve ark., 1993; Schlundt ve ark., 1993; Michener ve Rozin, 1994; Macdiarmid ve Hetherington, 1995; Overduin ve Jansen, 1996). Yeme Arzusu Ölçeği (FCQ-T) dokuz faktörlüdür ve mükemmel uyum indekslerine sahiptir Cepeda-Benito

ve ark., (2000a). Yeme arzusu ölçeği, Hollanda (Franken ve Muris, 2005), İngilizce Cepeda-Benito ve ark., (2000a), İspanyol Cepeda-Benito ve ark., (2000b), İsveç (Elfhag, K. 2006) dilinde çevirisi gerçekleştirilmiş ve geçerlilik-güvenirlilik çalışması yapılmıştır.

Araştırma sonuçlarında yeme arzusu ölçeği, puan olarak güvenilir çıkmış ve yapı geçerliliği test edilmiştir Cepeda-Benito ve ark., 2003; Cepeda-Benito ve ark., (2000b); Cepeda-Benito ve ark., (2000a); Elfhag, K. 2006). Yeme arzusu ölçeği (FCQ-T), yeme arzusunun istikrarlı nitelikler olarak değerlendirmeyi ve böylece belirli popülasyonlardaki veya bireylerdeki zamanlarda ve durumlarda istikrarlı olan yeme arzusunun özelliklerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Cepeda-Benito ve ark., (2000a).

Bu çalışmanın amacı Yeme Arzusu Ölçeğinin (FCQ-T) Türkiye örnekleminde uygulanabilirliğini değerlendirmektir. Bu süreç dikkate alınarak Türkçe uyarılmanın geçerlik ve güvenirliliği araştırılmıştır.

## GEREÇ VE YÖNTEM

### Araştırma Yeri ve Zamanı

İstanbul il milli eğitim müdürlüğünden onay alınarak, il milli eğitimde görevli bireylerle görüşülmüş, kendilerine onam formu ve anketler uygulanarak araştırma süreci başlamıştır. Araştırma Mart 2017-Eylül 2017 tarihleri arasında gerçekleşmiş ve 18–65 yaş aralığında 355 bireyle yürütülmüştür. 53 birey kronik ve psikolojik sağlık sorunu yaşamaması sebebiyle dışlanmış ve araştırma 302 bireyle tamamlanmıştır.

Bu araştırma için Üsküdar Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan B.08.6. YÖK. 2. ÜS.0.05.0.06/2017/62 sayılı 11.04.2017 tarihli "Etik Kurul Onayı" ve 21.02.2017 tarihli 2197981 sayılı valilik oluru izinleri alınmıştır.

### Çeviri İzni

Ölçeği geliştiren Prof. Dr. Antonio-Cepeda BENİTO ile mail yoluyla iletişim kurulmuş ve gerekli izinler alınmıştır. Ölçek İngilizce yeterlilikleri yüksek iki ayrı akademisyen tarafından önce Türkçeye ardından İngilizceye çevrilmiştir.

### Verilerin Toplanması ve Değerlendirilmesi

#### Demografik Özellikler ve Sağlık Bilgileri

Araştırmaya dahil olan bireylerden demografik ve genel bilgileri alınmıştır. Demografik bilgiler (yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, meslek, medeni durum, çocuk

durumu, çocuk sayısı ve çocuk dışında bakmakla yükümlü oldukları birilerinin var olup olmadığı) sorulmuştur. Genel bilgiler (kronik hastalıklar, kronik rahatsızlıklara bağlı kullanılan ilaçlar, psikolojik rahatsızlıklar ve psikolojik rahatsızlıklara bağlı kullanılan ilaçlar) sorulmuştur.

### Yeme Arzusu Ölçeği (FCQ-T 39)

Yeme arzusu ölçeği (FCQ-T 39), zamanlara ve durumlara karşı bireylerin arzularını/isteklerini stabil olarak değerlendirmek için geliştirilmiştir Cepeda-Benito ve ark., (2000a). İlaç arzusu, yeme davranışı ve yeme bozuklukları üzerine yapılan araştırmalarda, yeme arzusu ölçeği (FCQ-T 39) için 10 olası gıda arzusu boyutu saptanmıştır.

Cepeda-Benito ve arkadaşları (2000) tarafından geliştirilen 39 maddeden oluşan FCQ-T (Yeme Arzusu Ölçeği) alt boyutları ve puanlamasıdır ve şu şekildedir; Yiyecek Tüketmek İçin Niyet ve Planlama (NP) (m5, 18, 23), Yemeden Kaynaklanabilen Olumlu Pekiştirme Beklentisi (PB) (m9, 10, 15, 24, 38), Olumsuz Durumlardan ve Yeme Sonucu Ortaya Çıkan Duygulardan Kurtulma Beklentisi (KB) (m16, 19, 21), Yemek Yenilirse Yeme Kontrolünden Yoksun Olma Olasılığı (YOO) (m2, 3, 22, 25, 26, 29), Yemek ile Meşgul Olma ve Düşünceler (YMOD) (m6, 8, 27, 28, 31, 32, 33), Fizyolojik Bir Alan Olarak Arzulama (yani açlık) (FOA) (m11, 12, 13, 14), Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD) (m20, 30, 34, 39), Yeme Arzusunu Tetikleyebilecek İpuçları (yani çevresel tepki) (YATİ) (m1, 35, 36, 37), Arzulama ve/veya Arzulamaya Teslim Olmanın Bir Sonucu Olarak Deneyimlenebilecek Suçluluk (DS) (m4, 7, 17) olmak üzere 9 alt boyut bulunmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler altılı likert (1-hiç, 6-her zaman) tipinde olup her alt boyutun ve ölçeğin puanı madde toplam puanlarının madde sayısına bölünmesi ile elde edilmektedir. Bu şekilde elde edilen puanlar ölçeğin genelinde ve alt boyutlarda yeme arzusunun yüksekliğini ifade etmektedir.

Katılımcı bireylere, ölçeğin orijinalinde var olan maddeler; 6'lı likert skala olarak sunulmuş ve maddeleri değerlendirmeleri istenmiştir (1: Hiç, 2: Nadiren, 3: Bazen, 4: Sık sık, 5: Genellikle 6: Her zaman). Ön hazırlık olarak 39 soruluk ölçek iki aşamada değerlendirilmiştir. Uyarılma sırasında yararlanılan, 2000 yılında Antonio Cepeda-Benito tarafından yayınlanan rehber kaynaklar olmuştur Cepeda-Benito ve ark., (2000a), (2000b) Çalışma sırasında; çeviri yöntemine uygun olarak Yeme Arzusu Ölçeği (FCQ-T 39) öncesinde orijinal dili olan İngilizce'den Türkçe'ye sonrasında Türkçe'den İngilizce'ye çevrilerek uyarılma çalışması sağlanmıştır.

## Yeme Tutum Testi (YTT-40)

Yeme Tutum Testi öncelikle Anoreksiya Nevroza tanısı almış bireylerin yemek yemeye dair gösterdikleri davranış ve tutumlarını gözlemlemek için geliştirilmiştir. Bir diğer amaç olarak ise her hangi bir tanı almamış bireylerde yemek yemeyle ilgili negatif tutum ve davranışları da gözlemlemek amaç edinilmiştir. (Garner ve Garfinkel., 1979)

Savaşır ve Erol tarafından Türkçeye uyarlanan yeme tutum testi Bulimiya Nevroza tanısı almış bireyler içinde uygulanmaktadır. 40 maddeden oluşan kendi kendine bir bilendirim ölçeğidir (Savaşır ve Erol., 1989).

Yeme Tutum Testi, altılı likert tipi bir ölçektir. Ters puanlanan sayılar; 18,19,23,27,39 dur. Ölçek puanında kesme 30'dur. Ölçek puanı 30 sayısının altındaysa normal bir yeme tutumundan, 30 ve üzerinde ise bozulan bir yeme tutumundan bahsedilmektedir. (Savaşır ve Erol, 1989; Oral ve Şahin, 2008)

## Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 15,0 programından yararlanılmıştır. Yeme Arzusu Ölçeği ve alt boyut puanlarının normallik sınamasında Çarpıklık (Skewness) katsayısı kullanılmıştır. Değişkenlere göre karşılaştırmada bağımsız iki örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testinden yararlanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi 0,05 ( $p < 0,05$ ) olarak belirlenmiştir. Analizin temel basamağı olan doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ve yapısal eşitlik modellerinde, model uyumunun değerlendirilmesinde Ki-kare ( $X^2$ ) istatistiğinin serbestlik derecesine oranı ( $X^2/sd$ ), tahmin edilen bireysel parametre tahminlerinin istatistiksel anlamlılığı (t değeri), "kalıntılara dayanan" (SRMR, GFI), "bağımsız modele dayanan" (NFI, NNFI, CFI) ve "yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA)" olarak sınıflandırılan uyum indeksleri kullanılmaktadır (Çokluk ve ark., 2010; Bayram, N. 2010).

## BULGULAR

### Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı

Araştırmaya katılan 302 örneklemin cinsiyet, yaş ve meslek dağılımları (Tablo 1) belirlenmiştir. Katılımcıların %64,9'u kadın, %35,1'i erkektir. Katılımcıların %15,9'u 20 yaş ve altı, %36,4'ü 21-30 yaş, %31,1'i 31-40 yaş, %14,2'si 41-50 yaş aralığında, %2,3'ü 50 yaş üzerindedir. Katılımcıların %52,6'sı eğitim çalışanı, %20,2'si öğrenci, %7,6'sı sağlık çalışanı, %3,3'ü ev hanımı, %16,2'si serbest meslek sahibidir.

**Tablo 1:** Katılımcıların genel bilgileri

|  | Gruplar         | n   | %    |
|--|-----------------|-----|------|
| <b>Cinsiyet</b>                                    | Kadın           | 196 | 64,9 |
|  | Erkek           | 106 | 35,1 |
| <b>Medeni durum</b>                                | Evli            | 153 | 50,7 |
|  | Bekar           | 149 | 49,3 |
| <b>Yaş</b>   | 20 yaş ve altı  | 48  | 15,9 |
|  | 21-30 yaş       | 110 | 36,4 |
|  | 31-40 yaş       | 94  | 31,1 |
|  | 41-50 yaş       | 43  | 14,2 |
|  | 50 yaş üzeri    | 7   | 2,3  |
| <b>Öğrenim düzeyi</b>                              | İlköğretim      | 16  | 5,3  |
|  | Lise            | 64  | 21,2 |
|  | Üniversite      | 196 | 64,9 |
|  | Lisansüstü      | 26  | 8,6  |
| <b>Çalışma durumu</b>                              | Evet            | 231 | 76,5 |
|  | Hayır           | 71  | 23,5 |
| <b>Meslek</b>                                      | Eğitim çalışanı | 159 | 52,6 |
|  | Öğrenci         | 61  | 20,2 |
|  | Sağlık çalışanı | 23  | 7,6  |
|  | Ev hanımı       | 10  | 3,3  |
|  | Serbest meslek  | 49  | 16,2 |
| <b>Çocuk sahipliği</b>                             | Evet            | 124 | 41,1 |
|  | Hayır           | 178 | 58,9 |
| <b>Çocuk sayısı (N=124)</b>                        | 1 çocuk         | 45  | 36,3 |
|  | 2 çocuk         | 63  | 50,8 |
|  | 3 ve daha fazla | 16  | 12,9 |
| <b>Çocuğu dışında bakmakla yükümlü olduğu kişi</b> | Evet            | 7   | 2,3  |
|  | Hayır           | 295 | 97,7 |

## Yeme Arzusu Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Analizi Sonuçları

### Yeme arzusu ölçeği DFA analizi sonuçları

Modele ilişkin doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre faktör yükleri 0,48 ile 0,86 aralığında değişmektedir (Tablo 2)

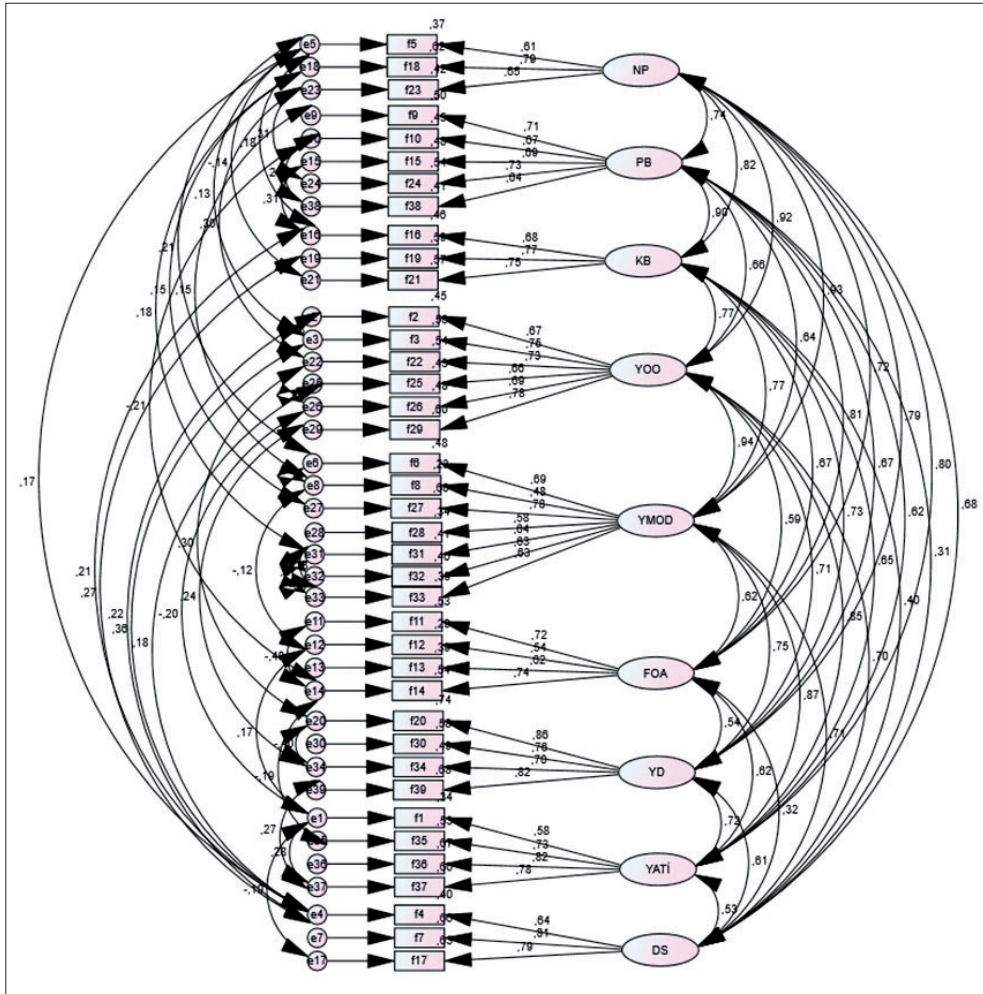
Maddelerin ait oldukları faktörlerdeki açıkladıkları varyans oranı ( $R^2$ ) 0,29 ile 0,74 aralığında değişmektedir (Tablo 2, Şekil 1).

### Yeme arzusu ölçeği madde toplam korelasyonu ve cronbach Alpha güvenirligi sonuçları

güvenirlik analizi sonuçları incelendiğinde Yeme Arzusu Ölçeği Cronbach Alpha katsayısı 0,96; alt boyutların alfa katsayıları sırasıyla 0,73-0,83-0,77-0,87-0,85-0,73-0,86-0,82-0,78 olarak hesaplanmıştır. Ölçekteki tüm maddeler için madde-toplam korelasyonlarının 0,30'dan yüksek (0,39 ile 0,74 aralığında) olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

| Tablo 2: Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları  |         |      |         |      |
|--|---------|------|---------|------|
| Faktör ve Maddeler   | $\beta$ | SH   | t       | R2   |
| <b>Yiyecek Tüketmek İçin Niyet ve Planlama (NP)</b>  |         |      |         |      |
| M5   | 0,61    |      |         | 0,37 |
| M18  | 0,79    | 0,12 | 10,84** | 0,62 |
| M23  | 0,65    | 0,12 | 9,49**  | 0,42 |
| <b>Yemeden Kaynaklanabilen Olumlu Pekiştirme Beklentisi (PB)</b>                                     |         |      |         |      |
| M9   | 0,71    |      |         | 0,50 |
| M10  | 0,67    | 0,09 | 10,72** | 0,45 |
| M15  | 0,69    | 0,08 | 11,18** | 0,48 |
| M24  | 0,73    | 0,09 | 11,87** | 0,54 |
| M38  | 0,64    | 0,08 | 10,31** | 0,41 |
| <b>Olumsuz Durumlardan ve Yeme Sonucu Ortaya Çıkan Duygulardan Kurtulma Beklentisi (KB)</b>          |         |      |         |      |
| M16  | 0,68    |      |         | 0,46 |
| M19  | 0,77    | 0,09 | 11,73** | 0,59 |
| M21  | 0,76    | 0,08 | 11,70** | 0,57 |
| <b>Yemek Yenilirse Yeme Kontrolünden Yoksun Olma Olasılığı (YOO)</b>                                 |         |      |         |      |
| M2   | 0,67    |      |         | 0,45 |
| M3   | 0,75    | 0,08 | 13,72** | 0,56 |
| M22  | 0,73    | 0,10 | 11,49** | 0,54 |
| M25  | 0,66    | 0,09 | 10,32** | 0,43 |
| M26  | 0,69    | 0,09 | 10,31** | 0,48 |
| M29  | 0,77    | 0,08 | 12,07** | 0,60 |
| <b>Yemek ile Meşgul Olma ve Düşünceler (YMOD)</b>  |         |      |         |      |
| M6   | 0,69    |      |         | 0,48 |
| M8   | 0,48    | 0,10 | 8,73**  | 0,3  |
| M27  | 0,78    | 0,09 | 12,50** | 0,60 |
| M28  | 0,58    | 0,09 | 9,54**  | 0,34 |
| M31  | 0,64    | 0,09 | 10,38** | 0,41 |
| M32  | 0,63    | 0,10 | 10,30** | 0,40 |
| M33  | 0,63    | 0,08 | 10,20** | 0,39 |
| <b>Fizyolojik Bir Alan Olarak Arzulama (yani açlık) (FOA)</b>  |         |      |         |      |
| M11  | 0,73    |      |         | 0,53 |
| M12  | 0,54    | 0,09 | 8,32**  | 0,29 |
| M13  | 0,62    | 0,09 | 9,32**  | 0,39 |
| M14  | 0,74    | 0,12 | 9,48**  | 0,54 |
| <b>Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD)</b>                   |         |      |         |      |
| M20  | 0,86    |      |         | 0,74 |
| M30  | 0,76    | 0,06 | 15,31** | 0,58 |
| M34  | 0,70    | 0,06 | 11,71** | 0,49 |
| M39  | 0,82    | 0,05 | 17,06** | 0,68 |
| <b>Yeme Arzusunu Tetikleyebilecek İpuçları (yani çevresel tepki) (YATİ)</b>                          |         |      |         |      |
| M1   | 0,58    |      |         | 0,34 |
| M35  | 0,73    | 0,14 | 9,55**  | 0,53 |
| M36  | 0,82    | 0,13 | 10,24** | 0,67 |
| M37  | 0,78    | 0,12 | 11,64** | 0,60 |
| <b>Arzulama ve/veya Arzulamaya Teslim Olmanın Bir Sonucu Olarak Deneyimlenebilecek Suçluluk (DS)</b> |         |      |         |      |
| M4   | 0,64    |      |         | 0,40 |
| M7   | 0,81    | 0,09 | 11,10** | 0,66 |
| M17  | 0,79    | 0,09 | 10,96** | 0,63 |
| r, madde toplam korelasyonu; $\alpha$ , Cronbach alpha   |         |      |         |      |

| Tablo 3: Madde toplam korelasyonu ve Cronbach Alpha güvenilirliği sonuçları                          |      |          |
|--|------|----------|
| Faktör ve Maddeler   | r    | $\alpha$ |
| <b>Yiyecek Tüketmek İçin Niyet ve Planlama (NP)</b>  |      |          |
|  |      | 0,73     |
| M5   | 0,59 |          |
| M18  | 0,74 |          |
| M23  | 0,63 |          |
| <b>Yemeden Kaynaklanabilen Olumlu Pekiştirme Beklentisi (PB)</b>                                     |      |          |
|  |      | 0,83     |
| M9   | 0,67 |          |
| M10  | 0,51 |          |
| M15  | 0,54 |          |
| M24  | 0,60 |          |
| M38  | 0,49 |          |
| <b>Olumsuz Durumlardan ve Yeme Sonucu Ortaya Çıkan Duygulardan Kurtulma Beklentisi (KB)</b>          |      |          |
|  |      | 0,77     |
| M16  | 0,62 |          |
| M19  | 0,65 |          |
| M21  | 0,61 |          |
| <b>Yemek Yenilirse Yeme Kontrolünden Yoksun Olma Olasılığı (YOO)</b>                                 |      |          |
|  |      | 0,87     |
| M2   | 0,64 |          |
| M3   | 0,68 |          |
| M22  | 0,71 |          |
| M25  | 0,59 |          |
| M26  | 0,60 |          |
| M29  | 0,70 |          |
| <b>Yemek ile Meşgul Olma ve Düşünceler (YMOD)</b>  |      |          |
|  |      | 0,85     |
| M6   | 0,67 |          |
| M8   | 0,49 |          |
| M27  | 0,67 |          |
| M28  | 0,53 |          |
| M31  | 0,62 |          |
| M32  | 0,63 |          |
| M33  | 0,57 |          |
| <b>Fizyolojik Bir Alan Olarak Arzulama (yani açlık) (FOA)</b>  |      |          |
|  |      | 0,73     |
| M11  | 0,55 |          |
| M12  | 0,39 |          |
| M13  | 0,47 |          |
| M14  | 0,52 |          |
| <b>Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD)</b>                   |      |          |
|  |      | 0,86     |
| M20  | 0,68 |          |
| M30  | 0,59 |          |
| M34  | 0,63 |          |
| M39  | 0,67 |          |
| <b>Yeme Arzusunu Tetikleyebilecek İpuçları (yani çevresel tepki) (YATİ)</b>                          |      |          |
|  |      | 0,82     |
| M1   | 0,54 |          |
| M35  | 0,61 |          |
| M36  | 0,70 |          |
| M37  | 0,67 |          |
| <b>Arzulama ve/veya Arzulamaya Teslim Olmanın Bir Sonucu Olarak Deneyimlenebilecek Suçluluk (DS)</b> |      |          |
|  |      | 0,78     |
| M4   | 0,47 |          |
| M7   | 0,48 |          |
| M17  | 0,51 |          |
| <b>Yeme Arzusu Toplam</b>  |      |          |
|  |      | 0,96     |
| r, madde toplam korelasyonu; $\alpha$ , Cronbach alpha   |      |          |



Şekil 1. Yeme Arzusu Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı

### Yeme arzusu ölçeği ve alt boyutları ile yeme tutumu ölçeği arasındaki korelasyon analizi sonuçları

Ölçeğin eşdeğer form güvenilirliği için bu çalışmaya dahil edilen Yeme Tutum Testi ile arasındaki korelasyon incelendiğinde toplam puanlar arasındaki Pearson korelasyonu 0,55 düzeyinde; alt boyutların korelasyonları ise 0,27 ile 0,60 aralığında ve istatistiksel olarak anlamlı ( $p < 0,01$ ) olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4). Elde edilen sonuçlara göre ölçeğin Türkçe uyarlamasının orijinal yapısına uygun ve güvenilir bir ölçek olduğu bulguları elde edilmiştir.

### Ölçek ve alt boyutlarının betimsel istatistikleri

Ölçeğin geneline ait puan ortalaması  $105,62 \pm 35,89$  düzeyindedir. Alınabilecek en düşük (39) ve en yüksek (234) puanlar dikkate alındığında yeme arzusu toplam puanının “bazen” (104–136,5) düzeyinde olduğu söylenebilir. (Tablo 5)

### Yeme arzusu ölçeği puanlarının cinsiyet, yaş, çalışma durumu ve meslek gruplarına göre karşılaştırılmasına ait ANOVA testi sonuçları

Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD) alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi ( $t=2,06$ ;  $p < 0,05$ ). Kadın katılımcıların Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD) puanları ( $2,52 \pm 1,27$ ), erkek katılımcıların puanlarından ( $2,21 \pm 1,29$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir. (Tablo 6)

Yeme Arzusu ölçeği Yiyecek Tüketmek İçin Niyet ve Planlama (NP) ( $F=3,76$ ;  $p < 0,05$ ), Yemeden Kaynaklanabilen Olumlu Pekiştirme Beklentisi (PB) ( $F=7,45$ ;  $p < 0,05$ ), Olumsuz Durumlardan ve Yeme Sonucu Ortaya Çıkan Duygulardan Kurtulma Beklentisi (KB) ( $F=3,33$ ;  $p < 0,05$ ), Yemek ile Meşgul Olma ve Düşünceler (YMOD) ( $F=2,56$ ;  $p < 0,05$ ), Fizyolojik Bir Alan Olarak Arzulama (FOA) ( $F=3,19$ ;  $p < 0,05$ ), Yeme Arzusu veya

**Tablo 4:** Korelasyon analiz sonuçları

|                      | 1             | 2             | 3             | 4             | 5             | 6             | 7             | 8             | 9             | 10            |
|----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 1-NP                 | 1             |               |               |               |               |               |               |               |               |               |
| 2-PB                 | 0,59**        | 1             |               |               |               |               |               |               |               |               |
| 3-KB                 | 0,62**        | 0,74**        | 1             |               |               |               |               |               |               |               |
| 4-YOO                | 0,74**        | 0,53**        | 0,61**        | 1             |               |               |               |               |               |               |
| 5-YMOD               | 0,70**        | 0,53**        | 0,59**        | 0,71**        | 1             |               |               |               |               |               |
| 6-FOA                | 0,58**        | 0,65**        | 0,57**        | 0,50**        | 0,47**        | 1             |               |               |               |               |
| 7-YD                 | 0,60**        | 0,57**        | 0,60**        | 0,61**        | 0,66**        | 0,45**        | 1             |               |               |               |
| 8-YATİ               | 0,61**        | 0,54**        | 0,53**        | 0,69**        | 0,69**        | 0,50**        | 0,64**        | 1             |               |               |
| 9-DS                 | 0,52**        | 0,24**        | 0,37**        | 0,62**        | 0,54**        | 0,27**        | 0,49**        | 0,42**        | 1             |               |
| 10-YAÖ TOPLAM        | 0,84**        | 0,77**        | 0,79**        | 0,86**        | 0,85**        | 0,70**        | 0,80**        | 0,80**        | 0,62**        | 1             |
| <b>11-YTT TOPLAM</b> | <b>0,44**</b> | <b>0,27**</b> | <b>0,33**</b> | <b>0,51**</b> | <b>0,55**</b> | <b>0,24**</b> | <b>0,46**</b> | <b>0,47**</b> | <b>0,60**</b> | <b>0,55**</b> |

\*\* p<0,01

**Tablo 5:** Ölçeklere ait betimsel istatistikler

| Alt Boyut   | Madde Sayısı | $\bar{x}$     | SS           | Çarpıklık   |
|---|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Yiyecek Tüketmek İçin Niyet ve Planlama (NP)  | 3            | 2,76          | 1,22         | 0,59        |
| Yemeden Kaynaklanabilen Olumlu Pekiştirme Beklentisi (PB)                                     | 5            | 3,33          | 1,18         | 0,33        |
| Olumsuz Durumlardan ve Yeme Sonucu Ortaya Çıkan Duygulardan Kurtulma Beklentisi (KB)          | 3            | 2,85          | 1,25         | 0,55        |
| Yemek Yenilirse Yeme Kontrolünden Yoksun Olma Olasılığı (YOO)                                 | 7            | 2,55          | 1,16         | 0,79        |
| Yemek ile Meşgul Olma ve Düşünceler (YMOD)  | 6            | 2,04          | 0,95         | 1,33        |
| Fizyolojik Bir Alan Olarak Arzulama (FOA)   | 4            | 3,56          | 1,14         | 0,04        |
| Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD)                   | 4            | 2,41          | 1,28         | 0,87        |
| Yeme Arzusunu Tetikleyebilecek İpuçları (YATİ)  | 4            | 2,87          | 1,22         | 0,66        |
| Arzulama ve/veya Arzulamaya Teslim Olmanın Bir Sonucu Olarak Deneyimlenebilecek Suçluluk (DS) | 3            | 2,41          | 1,33         | 0,89        |
| <b>YAÖ TOPLAM</b>   | <b>39</b>    | <b>105,62</b> | <b>35,89</b> | <b>0,78</b> |

Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD) ( $F=5,78$ ;  $p<0,05$ ), Yeme Arzusunu Tetikleyebilecek İpuçları (YATİ) ( $F=6,13$ ;  $p<0,05$ ) alt boyut puanlarının ve Yeme Arzusu Ölçek toplam puanlarının ( $F=4,85$ ;  $p<0,05$ ) yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi. 20 yaş ve altı katılımcıların Yeme Arzusu Ölçeği toplam puanı, diğer yaş gruplarındaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde daha yüksektir. 21–30 yaş ve 31–40 yaş grubundaki katılımcıların Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD) puanı, 41–50 yaş ve 51 yaş ve üzeri katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir. (Tablo 6)

Yeme Arzusu Ölçeği alt boyutlarından biri olan; Yemek Yenilirse Yeme Kontrolünden Yoksun Olma Olasılığı (YOO) hariç diğer alt boyutlar (NP, PB, KB, YMOD,

FOA, YD, YATİ, DS) çalışan katılımcılara göre çalışmayan katılımcılarda anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. ( $p<0,05$ ) Yeme Arzusu Ölçeği toplam puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi ( $t=-3,88$ ;  $p<0,05$ ). Çalışmayan katılımcıların Yeme Arzusu Ölçeği puanları ( $119,75\pm 39,98$ ), çalışan katılımcıların puanlarından ( $101,27\pm 33,44$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir. (Tablo 6)

Yemeden Kaynaklanabilen Olumlu Pekiştirme Beklentisi (PB) ( $F=5,43$ ;  $p<0,05$ ), Olumsuz Durumlardan ve Yeme Sonucu Ortaya Çıkan Duygulardan Kurtulma Beklentisi (KB) ( $F=2,76$ ;  $p<0,05$ ), Fizyolojik Bir Alan Olarak Arzulama (FOA) ( $F=2,41$ ;  $p<0,05$ ), Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular (YD) ( $F=5,41$ ;  $p<0,05$ ), Yeme Arzusunu Tetikleyebilecek

**Tablo 6:** Yeme arzusu ölçeği alt boyutlarının cinsiyet, yaş, çalışma durumu ve meslek gruplarına ait ANOVA sonuçları

|                       | NP            |              | PB            |              | KB            |              | YOO           |       | YMOD          |              | FOA           |              | YD            |              | YATI          |              | DS            |              |
|-----------------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|-------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|
|                       | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p     | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p            | $\bar{x}$ +SS | p            |
| <b>Cinsiyet</b>       |               |              |               |              |               |              |               |       |               |              |               |              |               |              |               |              |               |              |
| Kadın (n=196)         | 2,79+1,22     | 0,563        | 3,36+1,18     | 0,574        | 2,79+1,22     | 0,286        | 2,47+1,18     | 0,147 | 2,03+0,95     | 0,907        | 3,56+1,12     | 0,944        | 2,52+1,27     | <b>0,040</b> | 2,84+1,19     | 0,648        | 2,52+1,38     | 0,053        |
| Erkek (n=106)         | 2,71+1,21     |              | 3,28+1,19     |              | 2,96+1,31     |              | 2,68+1,14     |       | 2,05+0,95     |              | 3,57+1,19     |              | 2,21+1,29     |              | 2,91+1,28     |              | 2,20+1,21     |              |
| <b>Yaş</b>            |               |              |               |              |               |              |               |       |               |              |               |              |               |              |               |              |               |              |
| A-20 yaş ve altı      | 3,06+1,38     | <b>0,005</b> | 4,02+1,26     | <b>0,000</b> | 3,33+1,39     | <b>0,011</b> | 2,68+1,34     | 0,178 | 2,24+1,02     | <b>0,039</b> | 3,98+1,28     | <b>0,014</b> | 3,07+1,33     | <b>0,000</b> | 3,23+1,25     | <b>0,000</b> | 2,48+1,48     | 0,121        |
| B-21-30 yaş           | 2,87+1,18     |              | 3,35+1,10     |              | 2,85+1,26     |              | 2,51+1,12     |       | 2,17+1,04     |              | 3,59+1,10     |              | 2,42+1,29     |              | 3,04+1,25     |              | 2,25+1,27     |              |
| C-31-40 yaş           | 2,77+1,18     |              | 3,24+1,06     |              | 2,84+1,19     |              | 2,68+1,15     |       | 1,93+0,86     |              | 3,52+1,08     |              | 2,30+1,24     |              | 2,83+1,13     |              | 2,66+1,34     |              |
| D-41-50 yaş           | 2,31+1,10     |              | 2,87+1,23     |              | 2,45+1,08     |              | 2,30+1,12     |       | 1,78+0,77     |              | 3,18+1,07     |              | 2,06+1,08     |              | 2,29+1,07     |              | 2,27+1,32     |              |
| E-50 yaş üzeri        | 1,76+0,50     |              | 2,46+1,23     |              | 2,29+1,27     |              | 1,86+0,70     |       | 1,57+0,36     |              | 3,14+1,49     |              | 1,32+0,40     |              | 1,68+0,51     |              | 1,71+0,65     |              |
| <b>Çalışma durumu</b> |               |              |               |              |               |              |               |       |               |              |               |              |               |              |               |              |               |              |
| Evet                  | 2,67+1,14     | <b>0,022</b> | 3,17+1,10     | <b>0,000</b> | 2,73+1,18     | <b>0,003</b> | 2,47+1,10     | 0,053 | 1,94+0,87     | <b>0,002</b> | 3,48+1,08     | <b>0,020</b> | 2,23+1,19     | <b>0,000</b> | 2,74+1,17     | <b>0,001</b> | 2,32+1,28     | <b>0,047</b> |
| Hayır                 | 3,05+1,39     |              | 3,86+1,27     |              | 3,23+1,43     |              | 2,78+1,33     |       | 2,34+1,13     |              | 3,84+1,32     |              | 3,01+1,39     |              | 3,27+1,30     |              | 2,68+1,46     |              |
| <b>Meslek</b>         |               |              |               |              |               |              |               |       |               |              |               |              |               |              |               |              |               |              |
| A-Eğitim çalışanı     | 2,72+1,16     | 0,116        | 3,22+1,06     | <b>0,000</b> | 2,78+1,14     | <b>0,028</b> | 2,49+1,13     | 0,169 | 1,98+0,90     | 0,102        | 3,55+1,01     | <b>0,049</b> | 2,31+1,21     | <b>0,000</b> | 2,83+1,19     | <b>0,016</b> | 2,38+1,28     | <b>0,004</b> |
| B-Öğrenci             | 2,99+1,43     |              | 3,92+1,26     |              | 3,25+1,42     |              | 2,69+1,35     |       | 2,31+1,19     |              | 3,84+1,32     |              | 3,01+1,42     |              | 3,27+1,26     |              | 2,49+1,40     |              |
| C-Sağlık çalışanı     | 2,51+0,95     |              | 2,92+1,13     |              | 2,38+1,42     |              | 2,33+0,94     |       | 1,88+0,79     |              | 3,09+1,02     |              | 1,89+0,96     |              | 2,39+1,05     |              | 2,03+0,95     |              |
| D-Ev hanımı           | 3,43+1,18     |              | 3,44+1,44     |              | 3,17+1,40     |              | 3,30+1,09     |       | 2,29+0,63     |              | 3,93+1,22     |              | 2,73+1,23     |              | 3,13+1,32     |              | 3,37+1,44     |              |
| E-Serbest meslek      | 2,60+1,17     |              | 3,16+1,20     |              | 2,76+1,21     |              | 2,49+1,11     |       | 1,90+0,82     |              | 3,40+1,28     |              | 2,16+1,23     |              | 2,66+1,20     |              | 2,37+1,48     |              |

İpuçları (YATI) ( $F=3,11$ ;  $p<0,05$ ), alt boyut puanlarının ve Yeme Arzusu Ölçek toplam puanlarının ( $F=3,95$ ;  $p<0,05$ ) mesleğe göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi. Öğrencilerin Yeme Arzusu Ölçeği toplam puanı, eğitim çalışanı, sağlık çalışanı ve serbest meslek sahibi katılımcıların puanından anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ev hanımı katılımcıların Yeme Arzusu Ölçeği toplam puanı, sağlık çalışanı katılımcıların puanından anlamlı düzeyde daha yüksektir. (Tablo 6)

## TARTIŞMA

Pek çok ülkede geçerlilik-güvenilirlik çalışması kanıtlanmış olan Yeme Arzusu Ölçeği'nin (FCQ-T) Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması da kanıtlanmış ve ölçek'in cronbach alphası 0,96 çıkararak ülkemize kazandırılmıştır. Türkiye'de 302 katılımcıya ulaşılarak uygulanan ölçek ve elde edilen bulgular şu şekildedir; 302 katılımcının %64,9'u kadın %35,1'i erkektir. Yaş aralığında en yüksek yüzdeler %52,3 ile 18-30 yaş arasındadır. Meslek grubunda ise en yüksek yüzdeler %52,6 ile eğitim çalışanındadır.

Yeme arzusu Ölçeği (FCQ-T) alt boyut puanlarının iç tutarlılığı çok yüksek olduğundan, araştırmacılar sıklıkla yalnızca toplam puanını rapor ederler. (Meule ve ark., 2014). Yeme Arzusu Ölçeği Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında da; alt boyutların iç tutarlılığı yüksek çıkmıştır.

Almanya'da yapılan Yeme Arzusu Ölçeği (FCQ-T) 15 maddelik kısa çalışmasında alt boyutlar olan; "yeme düşüncesi ile meşgul olma", "yeme üzerinde kontrol kaybı yaşama", "yemek yeme isteğini tetikleyecek ipuçları" gibi faktör alt boyutları yüksek çıkmış ve yeme arzusu duygusunun deneyimsel açıdan temel bilişsel ve davranışsal yönler içerdiği savunulmuştur (Meule ve ark., 2014). FCQ-T'nin yemek düşünme, yemek yeme ve gıda alımı üzerinde kontrolünü kaybetme gibi gıda istek duygusu deneyiminin de temel bilişsel ve davranışsal yönler içerdiği görülmektedir. Bizim yaptığımız çalışmada ise en yüksek alt boyutlar; "fizyolojik bir ihtiyaç olarak arzulama", "yeniden kaynaklanabilecek olumlu pekiştirme beklentisi", "olumsuz durumlardan ve duygulardan kurtulma beklentisi" olarak belirlenmiş ve bu alt boyutlar yüksek çıkmıştır. Bu karşılaştırmadan yola çıkarak bireylerde, yeme arzusunun temelinde çoğunlukla duygusal açlığa bağlı olarak yeme isteğinin geliştiği ve baş etme yöntemi olarak yeniden yemek yemeyi tercih ederek sonucunda da olumlu bir pekiştirme beklentisi yaşamak istedikleri söylenebilir.

Yeme Arzusu Ölçeği Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında; kadın katılımcıların "Yeme Arzusu veya Yemek Öncesinde veya Sırasında Yaşanabilecek Duygular" puanları, erkek katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır. Yapılan bir araştırmada yeme arzusu her zaman fizyolojik bir açlık olarak ortaya çıkmamaktadır. (Pelchat ve Schaefer, 2000).



Yiyeceklerle ilgili sağlıksız düşünceler yeme davranışlarının sürdürülmesinde de önemli rol oynamakta ve bu düşünceler bastırılmak istendiğinde yeme arzusu ortaya çıkmaktadır ve böylelikle gıda tüketimi artmaktadır (May ve ark., 2012). Kübada beslenme üzerine yapılan bir araştırmada kadın ve erkeklerin yeme arzuları karşılaştırıldığında her iki grubunda arzuyu bastırmak istediği fakat tekrarında arzuya karşı koyamadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada kadınlar, erkeklerden daha yüksek puana sahiptirler. Özellikle engelleyerek/kısıtlayarak yemek yiyen bireylerin, sınırsız yiyen bireylere göre puanları daha yüksek çıkmıştır. Brezilya da yapılan bir araştırmada ise kadın ve erkeklerin yeme arzusu tutumlarında farklılıklar gözlemlenmiştir. Kadınlarda suçluluk duygusuna bağlı olarak yeme arzusunda artış yaşandığı tespit edilmiştir. Örneğin çikolata gibi belirli besin tüketiminin nedeni olarak ortaya çıkan direnme isteği ve bu direnmeye bağlı olarak yaşanan zorluk arasında yeme arzusunun arttığı sonucuna ulaşılmıştır. (Hornes ve ark., 2014; Rogers ve Smit, 2000) Bu perspektifte, yeme arzusunun, suçluluk duygularını ortaya çıkardığı ve kilo vermede daha büyük güçlük yaşanabileceği ile ilişkili bulunmuştur. (Kuijer ve Boyce, 2014) Erkekler için ise, yeme artışının besin tüketildiği anda bu yemenin muhtemel bir kontrol eksikliğinden kaynaklanabileceği, bu durumda yeme arzusuyla ilişkili olabileceği ve kendi vücut ağırlıklarını kontrol etmek için çabalarken bu sürecin çatışma oluşturabileceği öne sürülmüştür. (Preedy ve ark., 2011) Bu cinsiyet farklılıkları; kültürel ve sosyal faktörlerin yanı sıra biyolojik faktörlerle de (örneğin hormonal) ilişkili bulunulmuştur. (Hornes ve Timko, 2011; Preedy ve ark., 2011; Schosler ve ark., 2015; Yen ve ark., 2010) Bu da erkekler ve kadınlar arasındaki farklı yapıyı ortaya koymaktadır. (Leblanc ve ark., 2015)

Yeme Arzusu Ölçeği Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında; Çalışmayan katılımcıların Yeme Arzusu Ölçeği puanları çalışan katılımcıların puanlarından anlamlı olarak daha yüksek çıkmıştır. Geçerlilik-güvenilirlik çalışması yapılan diğer tüm bilimsel araştırmalarda çalışan ve çalışmayan bireylerle ilgili hiçbir bulguya rastlanmamıştır. Çalışmayan bireylerin çevresel faktörleri değerlendirildiğinde evde geçirdikleri zaman dilimi ve egzersiz yetersizlikleri göz önüne alınarak çalışan bireylere göre daha sık ve daha yoğun besin tüketebilecekleri ifade edilebilir. Bu ifadeler bireyin yaşadığı işsizliğe bağlı psikolojik faktörlerini de eklersek stres altında psikolojik ve fizyolojik açlığın yer değiştirmesinin mümkün olabileceği söylenebilir. Bir diğer ifade ile çalışmayan katılımcıların, çalışan katılımcılara

göre daha az aktif oldukları düşünülerek yaşadıkları stres veya duygusal değişim sürecinin yemekle kendilerini ödüllendirmek isteyebilecekleri ve yaşayacakları kontrol kaybı sonrasında ortaya çıkan suçluluk duygusu ile baş etmede zorluk yaşayabilecekleri ve bu kısır döngünün devam edebileceği söylenebilir.

Yeme Arzusu Ölçeği (FCQ-T) alt boyut puanları mesleklerle göre karşılaştırıldığında en yüksek beş (5) alt boyut puanları öğrenci grubunda anlamlı farklılık göstermiştir. Almanyada yetmiş (70) öğrenci üzerinde yapılan araştırmada alt boyut puanları değerlendirildiğinde; bilişsel uyarıları içeren görev sırasında besleyici yeme patolojisi, vücut kitle indeksi, düşük diyet başarısı ve yeme arzusundaki artışın pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Meule ve ark., 2014). Yapılan diğer bir bilimsel araştırmada otuz iki (32) öğrenciye bilgisayar ekranında en sevdikleri yiyecekler izletilmiş ve öğrencilerin yeme arzusu artmıştır. Yeme arzusuna bağlı olarak öğrencilerin nefes alma sıklıkları da hızlanmıştır (Meule ve Kübler, 2017). Bu karşılaştırmalar sonucunda öğrenci grubunda yemek yemeye karşı yüksek bir arzusunun var olduğu fakat yemek yedikten sonra yaşadıkları suçluluk duygusunun da yüksek olabileceği söylenebilir. Özellikle bulimiya tanısının sıklıkla görüldüğü yaş aralıkları 14–25'tir. Yoğun besin kısıtlamasının ardından yaşanan iştah atakları sonucu bedenlerinde yaşadıkları memnuniyetsizlik ve suçluluk sonucu bu kısır döngüden de bahsetmek mümkün olabilir.

## SONUÇ

Yeme Arzusu Ölçeği (FCQ-T) çalışmasının Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yeme bozukluklarında, obezitede ve psikolojik açlığa bağlı gelişen yeme bozukluklarını değerlendirmede evrensel olarak uygulanabilecek bir ölçüm aracı olarak kullanılabilir. Sağlıklı gruplarda yeme sorunlarının değerlendirilmesi amacıyla ve ayrıca duygudurum bozukluklarında ve yeme sorunlarının eşlik ettiği tüm psikiyatrik bozukluklarda güvenle kullanılabilir.

## KAYNAKLAR

- Bancroft, J., Williamson, L., Warner, P., Rennie, D., & Smith, S. K. (1993). Perimenstrual complaints in women complaining of PMS, menorrhagia, and dysmenorrhea: Toward a dismantling of the premenstrual syndrome. *Psychosom Med*, 55(2), 133-145. <https://doi.org/10.1097/00006842-199303000-00001>
- Bayram, N. (2010). Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş Amos Uygulamaları. Ezgi Kitabevi. Bursa.

- Blouin, A. G., Blouin, J. H., Braaten, J. T., Sarwar, G., Bushnik, T., & Walker, J. (1993). Physiological and psychological responses to a glucose challenge in bulimia. *Int J Eating Disord*, 10(3), 285-296. [https://doi.org/10.1002/1098-108x\(199105\)10:3<285::aid-eat2260100305>3.0.co;2-1](https://doi.org/10.1002/1098-108x(199105)10:3<285::aid-eat2260100305>3.0.co;2-1)
- Booth, D. A., Conner, M. T., & Gibson, E. L. (1989). Measurement of food perception, food preference, and nutrient selection. *Ann N Y Acad Sci*, 561(1), 226-243. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1989.tb20985.x>
- Cepeda-Benito, A., Gleaves, D. H., Williams, T. L., & Erath, S. A. (2000a). The development and validation of the state and trait food-cravings questionnaires. *Behav Ther*, 31, 151-173. [https://doi.org/10.1016/s0005-7894\(00\)80009-x](https://doi.org/10.1016/s0005-7894(00)80009-x)
- Cepeda-Benito, A., Gleaves, D. H., Fernandez, M. C., Vila, J., Williams, T. L., & Reynoso, J. (2000b). The development and validation of Spanish versions of the state and trait food cravings questionnaires. *Behav Res Ther*, 38, 1125-1138. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(99\)00141-2](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00141-2)
- Cepeda-Benito, A., & Gleaves, D. (2001). A critique of food cravings research: Theory, measurement, and food intake. In: M. Hetherington (Ed.), *Food cravings and addiction*. Surrey, UK: Leatherhead. pp.3-29
- Cepeda-Benito, A., Fernandez, M. C., & Moreno, S. (2003). Relationship of gender and eating disorder symptoms to reported cravings for food: Construct validation of state and trait craving questionnaires in Spanish. *Appetite*, 40, 47-54. [https://doi.org/10.1016/s0195-6663\(02\)00145-9](https://doi.org/10.1016/s0195-6663(02)00145-9)
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyükköztürk, Ş. (2010). Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik: SPSS ve LISREL Uygulamaları. PEGEM Yayınları. Ankara.
- Elfhag, K. (2006). Validation of a Swedish translation of the FCQ-T and FCQ-S. Manuscript in preparation.
- Franken, I. H. A., & Muris, P. (2005). Individual differences in reward sensitivity are related to food craving and relative body weight in healthy women. *Appetite*, 45(2), 198-201. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2005.04.004>
- Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychol Med* 9(2), 273-279. <https://doi.org/10.1017/s0033291700030762>
- Gendall, K. A., Sullivan, P. F., Joyce, P. R., Fear, J. L., & Bulik, C. M. (1997). Psychopathology and personality of young women who experience food cravings. *Addict Behav*, 22(4), 545-555. [https://doi.org/10.1016/s0306-4603\(96\)00060-3](https://doi.org/10.1016/s0306-4603(96)00060-3)
- Gendall, K. A., Joyce, P. R., Sullivan, P. F., & Bulik, C. M. (1998). Food cravers: characteristics of those who binge. *Int J Eat Disord*, 23(4), 353-60. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1098-108x\(199805\)23:4<353::aid-eat2>3.0.co;2-h](https://doi.org/10.1002/(sici)1098-108x(199805)23:4<353::aid-eat2>3.0.co;2-h)
- Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü (2015). Türkiye'ye Özgü Besin ve Beslenme Rehberi, Ankara, s.11-95.
- Harvey, J., Wing, R. R., & Mullen, M. (1993). Effects on food craving on a very low calorie diet or a balanced low calorie diet. *Appetite*, 21(2), 105-115 [https://doi.org/10.1016/0195-6663\(93\)90003-3](https://doi.org/10.1016/0195-6663(93)90003-3)
- Hill, A. J. (2007). The psychology of food craving. *Proc Nutr Soc*, 66(2), 277-285. <https://doi.org/10.1017/s0029665107005502>
- Hormes, J. M., & Timko, C. A. (2011). All cravings are not created equal. Correlates of menstrual versus non-cyclic chocolate craving. *Appetite*, 57(1), 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.03.008>
- Hormes, J. M., Orloff, N. C., & Timko, C. A. (2014). Chocolate craving and disordered eating. Beyond the gender divide? *Appetite*, 83, 185-193. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.08.018>
- Kabaran, S., & Samur, G. (2010). Maternal obezite ve gebelik. *J Nutr and Diet*, 38(1-2), 45-52.
- Kozlowski, L. T., Mann, R. E., Wilkinson, D. A., & Poulos, C. X. (1989). "Cravings" are ambiguous: Ask about urges or desires. *Addict Behav*, 14(4), 443-445. [https://doi.org/10.1016/0306-4603\(89\)90031-2](https://doi.org/10.1016/0306-4603(89)90031-2)
- Kozlowski, L. T., Pilliteri, J. L., Sweeney, C. T., Whitfield, K. E., & Graham, J. W. (1996). Asking questions about urges or cravings for cigarettes. *Psychol Addict Behav*, 10(4), 248-260. <https://doi.org/10.1037/0893-164x.10.4.248>
- Kuijter, R. G., & Boyce, J. A. (2014). Chocolate cake. Guilt or celebration? Associations with healthy eating attitudes, perceived behavioural control, intentions and weight-loss. *Appetite*, 74, 48-54. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.11.013>
- Larson, N., Neumark-Sztainer, D., Laska, M. N., & Story, M. (2011). Young adults and eating away from home: associations with dietary intake patterns and weight status differ by choice of restaurant. *J Am Diet Assoc*, 111(11):1696-703. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2011.08.007>
- Leblanc, V., Begin, C., Corneau, L., Dodin, S., & Lemieux, S. (2015). Gender differences in dietary intakes: What is the contribution of motivational variables? *J Hum Nutr*, 28(1), 37-46. <https://doi.org/10.1111/jhn.12213>
- Legenbauer, T., Vögele, C., & Rüddel, H. (2004). Anticipatory effects of food exposure in women diagnosed with bulimia nervosa. *Appetite* 42(1), 33-40. [https://doi.org/10.1016/s0195-6663\(03\)00114-4](https://doi.org/10.1016/s0195-6663(03)00114-4)
- Macdiarmid, J. I., & Hetherington, M. M. (1995). Mood modulation by food: An exploration of affect and cravings in "chocolate addicts". *Br J Clin Psychol*, 34(1), 129-138. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1995.tb01445.x>
- May, J., Andrade, J., Kavanagh, D., & Hetherington, M. (2012). Elaborated intrusion theory: a cognitive-emotional theory of food craving. *Curr Obesity Rep*, 1(2), 114-121. <https://doi.org/10.1007/s13679-012-0010-2>
- Meule, A., Hermann, T., & Kübler, A. (2014). A short version of the Food Cravings Questionnaire - Trait: the FCQ-T-reduced. *Front Psychol*, 5, 190. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00190>
- Meule, A., Richard, A., & Platte, P. (2017). Food cravings prospectively predict decreases in perceived self-regulatory success in dieting. *Eating Behav*, 24, 34-38. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.11.007>
- Michener, W., & Rozin, P. (1994). Pharmacological versus sensory factors in the satiation of chocolate craving. *Physiol Behav*, 56(3), 419-422. [https://doi.org/10.1016/0031-9384\(94\)90283-6](https://doi.org/10.1016/0031-9384(94)90283-6)
- Nederkoorn, C., Smulders, F. T. Y., & Jansen, A. (2000). Cephalic phase responses, craving and food intake in normal subjects. *Appetite*, 35(1), 45-55. <https://doi.org/10.1006/appe.2000.0328>
- Oral, N., & Şahin, N. H. (2008). Yeme tutum bozukluğunun kişilerarası şemalar, bağlanma, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Derg*, 23(62), 37-48.
- Overduin, J., & Jansen, A. (1996). Food cue reactivity in fasting and nonfasting subjects. *Eur Eating Disord Rev*, 4(4), 249-259. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1099-0968\(199612\)4:4<249::aid-erv158>3.0.co;2-3](https://doi.org/10.1002/(sici)1099-0968(199612)4:4<249::aid-erv158>3.0.co;2-3)

- Pelchat, M. L., & Schaefer, S. (2000). Dietary monotony and food cravings in young and elderly adults. *Physiol Behav*, 68(3), 353-359. [https://doi.org/10.1016/s0031-9384\(99\)00190-0](https://doi.org/10.1016/s0031-9384(99)00190-0)
- Preedy, V. R., Watson, R. R., & Martin, C. R.. (2011). *Handbook of behavior, food and nutrition*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-0-387-92271-3>
- Potenza, M. N., & Grilo, C. (2014). How relevant is food craving to obesity and its treatment?. *Front Psychiatry*, 5(164). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2014.00164>
- Rodin, J., Mancuso, J., Granger, J., & Nelbach, E. (1991). Food cravings in relation to body mass index, restraint and estradiol levels: A repeated measures study in healthy women. *Appetite*, 17(3), 177-185. [https://doi.org/10.1016/0195-6663\(91\)90020-s](https://doi.org/10.1016/0195-6663(91)90020-s)
- Rogers, P. J., & Smit, H. J. (2000). Food craving and food "addiction": A critical review of the evidence from a biopsychosocial perspective. *Pharmacol Biochem Behav*, 66(1), 3-14. [https://doi.org/10.1016/s0091-3057\(00\)00197-0](https://doi.org/10.1016/s0091-3057(00)00197-0)
- Savaşır, I., & Erol, N. (1989). Yeme tutum testi: anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Psikoloji Derg*, 7, 19-25.
- de Schössler, H., Boer, J., Boersema, J. J., & Aiking, H. (2015). Meat and masculinity among young Chinese, Turkish and Dutch adults in the Netherlands. *Appetite*, 89, 152-159. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.02.013>
- Schlundt, D. G., Virts, K. L., Sbrocco, T., Pope-Cordle, J., & Hill, J. O. (1993). A sequential behavioral analysis of craving sweets in obese women. *Addict Behav*, 18(1), 67-80. [https://doi.org/10.1016/0306-4603\(93\)90010-7](https://doi.org/10.1016/0306-4603(93)90010-7)
- Singleton, E., Tiffany, S. T., & Henningfield, J. E. (1994). The development of an alcohol craving questionnaire. Unpublished manuscript.
- Tiffany, S. (1990). A cognitive model of drug urges and drug-use behavior: Role of automatic and nonautomatic processes. *Psychol Rev*, 97(2), 147-168. <https://doi.org/10.1037//0033-295x.97.2.147>
- Tiffany, S. T., & Drobes, D. J. (1991). The development and initial validation of a questionnaire of smoking urges. *Br J Addict*, 86(11), 1467-1476. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1991.tb01732.x>
- Tiffany, S. T., Singleton, E., Haertzen, C. A., & Henningfield, J. E. (1993). The development of a cocaine craving questionnaire. *Drug Alcohol Depend*, 34(1), 19-28. [https://doi.org/10.1016/0376-8716\(93\)90042-o](https://doi.org/10.1016/0376-8716(93)90042-o)
- Tiffany, S. T. (1994). The function of classical conditioning in drug taking. In: D. C. Drummond, S. T. Tiffany, S. Glautier, & B. Remington (Eds.), *Addiction: Cue exposure, theory, and practice*. London: John Wiley & Sons.
- Vögele, C., & Florin, I. (1997). Psychophysiological responses to food exposure: An experimental study in binge eaters. *Int J Eating Disord*, 21(2), 147-157. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1098-108x\(199703\)21:2<147::aid-eat5>3.3.co;2-r](https://doi.org/10.1002/(sici)1098-108x(199703)21:2<147::aid-eat5>3.3.co;2-r)
- Wardle, J. (1987). Compulsive eating and dietary restraint. *Br J Clin Psychol*, 26(1), 47-55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1987.tb00722.x>
- Weingarten, H. P., & Elston, D. (1990). The phenomenology of food cravings. *Appetite*, 15(3), 231-246. [https://doi.org/10.1016/0195-6663\(90\)90023-2](https://doi.org/10.1016/0195-6663(90)90023-2)
- Weingarten, H. P., & Elston, C. (1991). Food cravings in a college population. *Appetite*, 17(3), 167-75. [https://doi.org/10.1016/0195-6663\(91\)90019-o](https://doi.org/10.1016/0195-6663(91)90019-o)
- Wurtman, R. J., & Wurtman, J. J. (1986). Carbohydrate craving, obesity and brain serotonin. *Appetite*, 7(Suppl), 99-103. [https://doi.org/10.1016/s0195-6663\(86\)80055-1](https://doi.org/10.1016/s0195-6663(86)80055-1)
- Yen, J. Y., Chang, S. J., Ko, C. H., Yen, C. F., Chen, C. S., Yeh, Y. C., Chen, C. C. (2010). The high-sweet-fat food craving among women with premenstrual dysphoric disorder: Emotional response, implicit attitude and rewards sensitivity. *Psychoneuroendocrinology*, 35(8), 1203-1212. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2010.02.006>
- Yumuk, V. D. (2005). Prevalence of obesity in Turkey. *Obes Rev* 6(1):9-10. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789x.2005.00172.x>

## EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

## INTRODUCTION

Food craving is generally named as a profound desire and a wish develop towards eating a food product. Food craving constitutes an important risk in development of obesity which is an important health problem of our age. This situation causes to require reliable scales to evaluate food craving. Food Cravings Questionnaire (FCQ-T) that was developed for this aim is a widely used scale which its validity and reliability study was done in many countries. The aim of this study is to evaluate applicability of FCQ-T to the sample of Turkey.

## METHOD

The research was done in Istanbul province between March 2017-September 2017 with 355 individuals aged between 18-65. 53 individuals were excluded due to chronic and psychological health problems and the research was completed with 302 individuals. A consent form was taken from participants. The individuals that developed scale were communicated via e-mail and necessary approvals were taken. The scale was translated first into Turkish then to English by two academicians having high competency in English. Written demographic data (age, gender, educational status, employment status, occupation, marital status, child condition, number of children, if there is any dependant apart from child) and general data (chronic diseases, medicines used due to chronic diseases, psychological disorders and medicines used due to psychological disorders) were taken from participants. FCQ-T and Eating Attitudes Test (EAT) were used as scale. FCQ-T consists of 39 items and 9 sub dimensions. Sub dimensions are as follows: Intention and Planning for Food Consumption (IP), Positive Reinforcement Expectation Originated from Eating (PRE), Avoidance Expectation from Negative Situations and Feelings Reveal as a result of Eating (AE), Possibility of Lacking of Eating Control (PLE), Bussing with Eating and Thoughts (BET), Desire as Physiological Field (hunger) (DPF), Food Craving or Feelings Before or During Eating (FC), Clues Stimulating Food Craving (environmental reaction) (CSFC), Desire and/or Guiltiness Experienced as a result of Submission to Desire (SD). As the expressions in scale are in six likert type (1- never, 6-always), the point of each sub dimension and scale are obtained by dividing number of items to total points of items. The points obtained this way express the highness of food craving in general of scale and in its sub dimensions. Eating Attitude Test was developed to observe negative attitudes and behaviours about eating in individuals, previously Turkish validity and reliability study was done. It is a six likert type self statement scale consisting of 40 items and it shows 30 points and over disordered eating attitude. In analysis of data SPSS 15.0 programme was used.

## RESULTS

64.9% of 302 participants of research are women. The age interval is 18-30 with the highest percentage as 52.3%. The highest percentage in occupation as 52.6% is education personnel. According to confirmatory factor analysis results of YFQ-T, factor loads changes between 0,48 and 0,86 interval. The variance rate (R<sup>2</sup>) explained in factors belonged to items, changes between 0,29 and 0,74 interval. As reliability analysis results are examined, Cronbach Alpha coefficient was calculated as 0,96 whereas alpha coefficients in sub dimensions were calculated as 0,73 – 0,83 – 0,77 – 0,87 – 0,85 – 0,73 – 0,86 – 0,82 – 0,78 respectively. Item-total correlation for all items in the scale was obtained higher than 0,30 (between 0,39 and 0,74 interval).

As the correlation between Eating Attitude Test that was included to this study for parallel form reliability of the scale is examined, it was obtained that correlation of sub dimensions is between 0,27 and 0,60 interval and statistically significant ( $p < 0,01$ ) at Pearson correlation 0,55 level between total points. According to obtained results, it can be said that Turkish adaptation of scale is suitable to its original structure and is a reliable scale.

The point average of the general of scale is  $105,62 \pm 35,89$ . It was obtained that sub dimension points of Food Craving or Feelings Before or During Eating (FC) show significant difference according to gender ( $t=2,06$ ;  $p < 0,05$ ). Food Craving or Feelings Before or During Eating (FC) points of female participants ( $2,52 \pm 1,27$ ) are significantly higher than the points of male participants ( $2,21 \pm 1,29$ ). Food Craving Scale total points of participants aged 20 and less are significantly higher than the participants in other age groups. Food Craving or Feelings Before or During Eating (FC) points of aged 21-30 and 31-40 age group participants are significantly higher than the points of 41-50 aged and over 51 participants. Food Craving Scale points of nonemployed participants ( $119,75 \pm 39,98$ ) are significantly higher than employed participants ( $101,27 \pm 33,44$ ). It was obtained that Positive Reinforcement Expectation Originated from Eating (PRE) ( $F=5,43$ ;  $p < 0,05$ ), Avoidance Expectation from Negative Situations and Feelings Reveal as a result of Eating (AE) ( $F=2,76$ ;  $p < 0,05$ ), Desire as Physiological Field (DPF) ( $F=2,41$ ;  $p < 0,05$ ), Food Craving or Feelings Before or During Eating (FC) ( $F=5,41$ ;  $p < 0,05$ ), Clues Stimulating Food Craving (CSFC) ( $F=3,11$ ;  $p < 0,05$ ) sub dimension points and Food Craving Scale total points ( $F=3,95$ ;  $p < 0,05$ ) show significant difference according to profession. Total Food Craving Scale points of students are significantly higher than the points of education personnel, health professional and self employed participants. Total Food Craving Scale points of housewives are significantly higher than the points of health professional participants.

## DISCUSSION

As a result of this study Turkish validity and reliability of Food Craving Questionnaire (FCQ-T) which its validity-reliability was proved and was gained to our country with its cronbach alpha coefficient as 0.96. In our study the highest sub dimensions were obtained as “desire as physiological requirement”, “positive reinforcement expectation originated from eating”, “avoidance expectation from negative situations and feelings”. Based on this comparison it can be said that in individuals on the basis of food craving there is mostly development of eating desire due to emotional hunger and as a result of it they want to have positive reinforcing expectation by preferring to eat as a coping method. In our study, significant highness of “Food Craving or Feelings Before or During Eating” points of female participants than the points of male participants is a suitable finding with general literature. The significant highness of Food Craving Questionnaire points of nonemployed participants than the points of employed participants can be evaluated as nonemployed participants want to award themselves with eating to cope with the stress they are in due to their thoughts of being less active than employed participants as well as they have difficulty with guilt feelings after control loss and this vicious cycle can continue.

**Keywords:** Food craving, obesity, nutrition, emotional hunger, eating addiction, eating disorders