

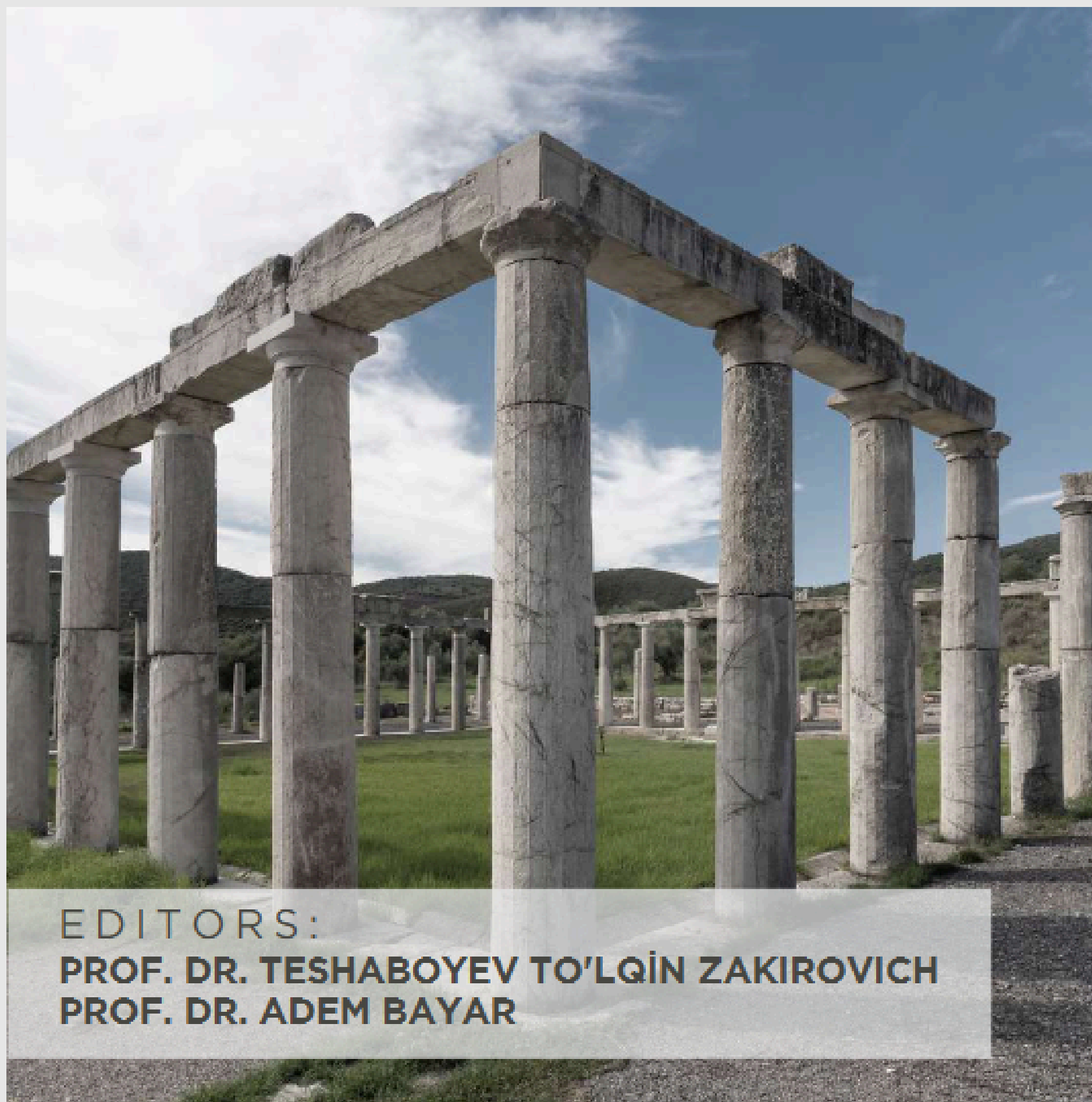
5TH INTERNATIONAL PALESTRA SCIENTIFIC RESEARCH CONGRESS PROCEEDINGS BOOK

MAY 04-05, 2025 | SKOPJE, N. MACEDONIA



SKOPJE, N. MACEDONIA

PARTICIPATION FROM
20 DIFFERENT COUNTRIES



EDITORS:

PROF. DR. TESHABOYEV TO'LQIN ZAKIROVICH

PROF. DR. ADEM BAYAR

ISBN: 978-9952-8558-9-0

DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8558-9-0.2025.824301>



<https://www.palestracongress.com>
palestracongress@gmail.com

ADAPTATION OF EMOTIONAL EATING SCALE INTO TURKISH LANGUAGE: VALIDITY AND RELIABILITY ANALYSIS STUDY

Ferhat KILIÇARSLAN¹, Ziya BAHADIR², Aygöl ÇAĞLAYAN TUNÇ³, Tebessüm
AYYILDIZ DURHAN⁴

¹Res. Asst., Erciyes University, Faculty of Sport Sciences, Department of Recreation

²Prof. Dr., Erciyes University, Faculty of Sport Sciences, Department of Recreation

³Assoc. Prof. Dr., İstanbul Aydın University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education

⁴Assoc. Prof. Dr., Gazi University Faculty of Sport Sciences, Department of Recreation

Abstract

In this study, it was aimed to adapt the three-dimensional 25-item Emotional Eating Scale (EES) developed by Arnou, Kenardy, and Agras (1995) into Turkish and to examine its psychometric properties. After the Turkish translation of the scale, a pre-application was made to a group of 75 participants in order to test the language and meaning integrity. As a result of the evaluation, no missing or incomprehensible items were found. For the actual analyses, the scale was applied to a sample of 250 university students. Firstly, Exploratory Factor Analysis (EFA) was performed, 6 items were removed due to low factor loadings or multiple loadings and the scale was reduced to 19 items. As a result of EFA, a three-factor structure was obtained. This structure was tested with the second application to the same participant group approximately three weeks apart and Confirmatory Factor Analysis (CFA) was performed. In the CFA process, three more items with low factor loadings were removed and three error covariances were added to the model and a final structure of 16 items was obtained. The findings revealed that the scale adapted to Turkish culture is a valid, reliable and applicable psychological measurement tool.

Keywords: Emotional Eating, Factor Analysis, Validity, Reliability, Psychometric Evaluation

Duygusal Yeme Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Analizi Çalışması

Özet

Bu çalışmada, Arnou, Kenardy ve Agras (1995) tarafından geliştirilen ve 25 maddeden oluşan üç boyutlu Duygusal Yeme Ölçeği (Emotional Eating Scale - EES)'nin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin Türkçe çevirisi yapıldıktan sonra, dil ve anlam bütünlüğünü test etmek amacıyla 75 kişilik bir katılımcı grubuna ön uygulama yapılmıştır. Yapılan değerlendirme sonucunda eksik ya da anlaşılmayan bir maddeye rastlanmamıştır. Asıl analizler için ölçek 250 üniversite öğrencisinden oluşan bir örnekleme uygulanmıştır. İlk olarak Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) yapılmış, düşük faktör yükleri veya çoklu yüklemeler nedeniyle 6 madde çıkarılmış ve ölçek 19 maddeye indirgenmiştir. AFA sonucunda üç faktörlü yapı korunmuştur. Bu yapı, aynı katılımcı grubuna yaklaşık üç hafta arayla yapılan ikinci uygulamayla test edilmiş ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. DFA sürecinde faktör yükü düşük olan 3 madde daha çıkarılmış ve modele

üç hata kovaryansı eklenerek 16 maddelik nihai yapı elde edilmiştir. Elde edilen bulgular, ölçeğin Türk kültürüne uyarlanmış versiyonunun geçerli, güvenilir ve uygulanabilir bir psikolojik ölçüm aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Yeme, Faktör Analizi, Geçerlilik, Güvenilirlik, Psikometrik Değerlendirme

GİRİŞ

Duygusal yeme, fiziksel açlıktan ziyade duygusal durumlara (çoğunlukla stres, üzüntü veya öfke gibi olumsuz duygulara) tepki olarak yemek yeme eğilimini ifade eder. Duygusal yeme tipik olarak açlıktan ziyade olumsuz duygulara veya strese yanıt olarak daha fazla yemek, özellikle de sağlıksız atıştırmalıklar yemek olarak tanımlanır (Reichenberger ve diğ., 2020). Özellikle aşırı kilolu ve obez popülasyonlar arasında oldukça yaygındır ve araştırmalar bu gruplardaki bireylerin yaklaşık %45'inin duygusal yeme davranışında bulunduğunu tahmin etmektedir (Chew ve diğ., 2025). Duygusal yeme kilo alma, kilo vermede zorluk ve obezite, diyabet ve kalp hastalığı riskinde artış ile ilişkilidir (Frayn ve Knäuper, 2018). Aynı zamanda ruh sağlığı sorunlarıyla da bağlantılıdır ve yeme bozukluklarının gelişmesine veya sürdürülmesine katkıda bulunabilir (Godet ve diğ., 2022).

Duygusal yeme, bireysel özelliklerin yanı sıra ebeveynlerin beslenme uygulamaları ve duygular ile yeme arasında öğrenilmiş ilişkiler gibi çevresel faktörlerden etkilenecek yaşamın erken dönemlerinde gelişebilir (Alzheimer ve Urry, 2019). Duygu düzenleme, interoseptif işleme (iç vücut sinyallerinin farkındalığı) ve iştah öz düzenleme ile ilgili zorluklar da dahil olmak üzere biyolojik ve psikolojik mekanizmalar duygusal yeme düzeyleri üzerinde rol oynamaktadır (Wozniak ve Huang, 2024). Buna ek olarak nörogörüntüleme çalışmaları, duygusal yemenin prefrontal korteks ve insular korteks gibi duygu işleme, ödül ve bilişsel kontrol ile ilgili beyin bölgelerini içerdiğini göstermektedir (Godet ve diğ., 2022).

Duygusal Yeme Ölçeği (Emotional Eating Scale – EES), Arnow, Kenardy ve Agras (1995) tarafından, bireylerin olumsuz duygularla başa çıkma sürecinde yeme davranışlarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, farklı duygusal durumların yeme isteği üzerindeki etkilerini ayırt edebilmeye olanak tanıyan yapısıyla, öfke/kızgınlık, kaygı ve depresyon olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmacılar, yeme davranışını yalnızca bilişsel kontrolle değil, aynı zamanda duygusal uyarılmalarla ilişkilendirerek duygusal yeme eğilimini ayrıntılı biçimde değerlendirmeyi hedeflemiştir. Ölçeğin geliştirilmesinde, özellikle tıkinırcasına yeme davranışı gösteren obez bireylerin yaşadıkları duygular temel alınmış ve bu bağlamda duygusal yeme, ayrı bir ölçüm alanı olarak ele alınmıştır.

Bu araştırmanın amacı, Arnow, Kenardy ve Agras (1995) tarafından geliştirilen Duygusal Yeme Ölçeği'nin (Emotional Eating Scale - EES) Türkçeye uyarlanması ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Çalışma kapsamında ölçeğin dilsel uygunluğu değerlendirilmiş, yapı geçerliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri gerçekleştirilmiş, ayrıca güvenilirlik düzeyleri çeşitli istatistiksel yöntemlerle test edilmiştir. Elde edilen bulgular, ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilirliğini ortaya koymayı hedeflemektedir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemleri kullanılarak yürütülmüştür. Nicel yöntemler, değişkenler arasındaki ilişkileri açıklamak, test etmek ve genelleştirilebilir sonuçlar üretmek amacıyla sistematik veri toplama ve istatistiksel analiz süreçlerine dayanır (England, 2021). Çalışmada, betimsel nitelikteki tarama modeli benimsenmiştir. Tarama modeli, bireylerin belirli özelliklere sahip olma durumlarını

tanımlamaya yönelik olarak kullanılan, mevcut durumu olduğu gibi ortaya koymayı amaçlayan bir araştırma desendir.

Araştırma kapsamında, Arnow, Kenardy ve Agras (1995) tarafından geliştirilen Duygusal Yeme Ölçeği'nin (Emotional Eating Scale - EES) Türkçeye uyarlanması ve ölçeğin geçerlik-güvenirlik özelliklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda ilk aşamada ölçeğin Türkçeye çevirisi ve uzman görüşleriyle dilsel uyarlaması gerçekleştirilmiş, ardından 75 kişilik bir pilot grup üzerinde ön test uygulanarak ifadelerle yönelik anlaşılabilirlik kontrol edilmiştir. Daha sonra ölçeğin asıl uygulaması 250 kişilik üniversite öğrencisi örnekleme yapılmıştır. Ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulanmış; elde edilen yapı doğrultusunda, Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile modelin uyumu test edilmiştir. Ölçeğin güvenirlik düzeyini belirlemek amacıyla Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı, madde-toplam korelasyonları ve test-tekrar test analizleri gerçekleştirilmiştir. Ayrıca yapı geçerliğini desteklemek amacıyla faktör yükleri, model uyum indeksleri ve alt ölçekler arası korelasyonlar da incelenmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2024-2025 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde bir devlet üniversitesinde öğrenim görmekte olan 250 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar, uygun örnekleme yöntemiyle belirlenmiş ve çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleşmiştir. Araştırmaya katılımda herhangi bir psikolojik tanı veya özel klinik durum kriteri aranmamıştır. Araştırmada ayrıca ölçeğin ön test aşaması için 75 kişilik ayrı bir öğrenci grubuna da uygulama yapılmış, bu ön uygulama grubuna ilişkin veriler yalnızca dil ve anlaşılabilirlik analizinde kullanılmıştır. Araştırmaya 18 yaşından büyük 110'u kadın 140'ı erkek 250 kişi katılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veriler 2 bölümden oluşan anketler aracılığı ile Google Forms ve basılı anketler kullanılarak toplanmıştır. Her iki veri toplama yöntemi de yüz yüze görüşmeler eşliğinde yapılmıştır. Google Forms aracılığı ile 90 veri ve basılı anketler ile 160 veri toplanmıştır. Anketlerin ilk bölümünde demografik bilgi formu ikinci kısmında ise Duygusal Yeme Ölçeği'ne dair ifadelerle yer verilmiştir.

Duygusal Yeme Ölçeği (DYÖ) (Emotional Eating Scale – EES)

Duygusal Yeme Ölçeği, Arnow, Kenardy ve Agras (1995) tarafından bireylerin olumsuz duygularla başa çıkma sürecinde yeme davranışlarını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Orijinal formu 25 maddeden oluşmakta olup, öfke/kızgınlık, kaygı ve depresyon olmak üzere üç alt boyut içermektedir. Ölçek, 5 dereceli Likert tipi bir yapıdadır ve katılımcılardan her bir duygusal durumda yemek yeme isteğini 1 (yeme isteği yok) ile 5 (çok yoğun yeme isteği) arasında derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin orijinal çalışmadaki iç tutarlılık katsayıları, öfke/kızgınlık alt boyutu için .91, kaygı için .94, depresyon için .85 ve tüm ölçek için .93 olarak rapor edilmiştir. Mevcut uyarlama çalışmasında, ölçeğin Türkçeye çevrilmesinin ardından gerçekleştirilen Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) sonucunda madde 1, 11, 15, 16, 22 ve 24; birden fazla faktörde yüksek yük alması nedeniyle ölçekten çıkarılmıştır. Ardından yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sürecinde, madde 14, 20 ve 23 düşük faktör yükleri sebebiyle çıkarılarak ölçeğin nihai yapısı oluşturulmuştur. Sonuç olarak, 16 maddeden ve üç alt boyuttan oluşan bir yapı elde edilmiştir. Uyarlama çalışmasında hesaplanan iç tutarlılık katsayısı, toplam ölçek için .91; alt boyutlar için ise sırasıyla .87 (öfke/kızgınlık), .74 (kaygı) ve .83 (depresyon) olarak belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizi için IBM SPSS Statistics 27.0, Microsoft Excel ve JASP 0.19.3 yazılımları kullanılmıştır. Ölçeğin faktör yapısını incelemek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi

(AFA) uygulanmıştır. AFA öncesinde verilerin faktör analizine uygunluğunu değerlendirmek üzere Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi ve Bartlett Küresellik Testi yapılmıştır. Faktör analizi kapsamında temel bileşenler analizi yöntemi ve Varimax döndürme tekniği tercih edilmiştir. AFA ile elde edilen yapının geçerliliğini test etmek amacıyla, aynı örneklem üzerinde Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. DFA işlemleri JASP yazılımı kullanılarak yürütülmüş; modelin uyumu CFI, TLI ve RMSEA gibi çeşitli uyum indeksleri üzerinden değerlendirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı, Cronbach Alfa katsayısı ile test edilmiş ve her alt boyut için ayrı ayrı güvenirlik analizleri gerçekleştirilmiştir. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir. Bu çalışmada, hem AFA hem de DFA analizleri aynı veri seti üzerinde uygulanmıştır. Her ne kadar literatürde (Worthington & Whittaker, 2006; Kline, 2016; Tabachnick & Fidell, 2019) ideal uygulamanın analizlerin farklı veri setlerinde yürütülmesi gerektiği vurgulansa da, sınırlı örneklem büyüklüğü ve uygulama koşulları nedeniyle tek örneklem kullanımının kabul edilebilir olduğu belirtilmektedir. Bu durum, çalışmanın sınırlılığı olarak açıkça ifade edilmiştir ve bulgular bu çerçevede yorumlanmaktadır.

BULGULAR

Bu bölümde, yapı geçerliliği için Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) bulguları, yapının geçerliliğini test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) bulguları ve ölçeğin güvenirliğini belirlemek için AVE ve CR ve Cronbach's Alpha değerlerine ilişkin bulgular sunulmaktadır.

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) Sonuçları

Tablo 1. Duygusal Yeme Ölçeği'nin Kaiser-Meyer-Olkin ve Bartlett testi sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		,903
	χ^2	2305,582
Bartlett's	sd	171
	p	,000

Tablo 1'de görüldüğü üzere, Duygusal Yeme Ölçeği'ne ilişkin Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri ,903 olarak bulunmuştur. Bu değer, örneklem büyüklüğünün faktör analizi için mükemmel düzeyde uygun olduğunu göstermektedir (Kaiser, 1974). Bartlett küresellik testi sonucu anlamlıdır ($\chi^2(171) = 2305,582$, $p < .001$) ve bu da ölçek maddeleri arasında yeterli düzeyde korelasyon bulunduğunu, dolayısıyla faktör analizinin uygulanabilir olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 2. Duygusal Yeme Ölçeği'nin alt boyutlarının özdeğerleri ve açıkladıkları varyans yüzdeleri

Factor	Eigenvalue	Variance	Cumulative
1	7,774	40,915	40,915
2	1,615	8,498	49,413
3	1,281	6,743	56,155

Tablo 2'ye göre, Duygusal Yeme Ölçeği'nin üç faktörlü yapısı toplam varyansın %56,15'ini açıklamaktadır. Birinci faktör %40,92, ikinci faktör %8,50, üçüncü faktör ise %6,74 oranında varyans açıklamaktadır. Bu sonuçlar, ölçeğin anlamlı düzeyde açıklayıcılığa sahip bir yapı sergilediğini göstermektedir.

Tablo 3. Duygusal Yeme Ölçeği'nin alt boyutlarında yer alan maddelerin yük değerleri

Madde	Faktör 1: Öfke/kızgınlık	Faktör 2: Kaygı	Faktör 3: Depresyon
Madde 2		,733	
Madde 3		,686	
Madde 4		,557	
Madde 5		,608	
Madde 6		,559	
Madde 7	,498		
Madde 8			,776
Madde 9			,652
Madde 10			,673
Madde 12	,691		
Madde 13	,607		
Madde 14		,612	
Madde 17	,822		
Madde 18	,616		
Madde 19	,632		
Madde 20			,748
Madde 21	,712		
Madde 23			,425
Madde 25	,518		

Tablo 3'e göre, ölçeğin birinci faktör madde yükleri .82 ile .49 arasında, ikinci faktör .73 ile .55 arasında, üçüncü faktör .77 ile .42 arasında değişmektedir. Madde 1, 11, 15, 16, 22 ve 24 birden fazla faktöre yüklenmeleri nedeniyle analiz dışı bırakılmıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) Sonuçları

Tablo 4. Yol analizi modelinin uyum indeksi değerleri

Fit Index	Değer	Açıklama
Kikare/Sd	239.202 / 98 $\approx$ 2.44	İyi uyum = <3
GFI	0.891	Kabul edilebilir uyum = >,90
NFI	0.905	Kabul edilebilir uyum = >,95
RFI	0.849	Kabul edilebilir uyum = >,90
CFI	0.922	Kabul edilebilir uyum = >,95
RMSEA	0.076	İyi uyum = <,08
SRMR	0.057	İyi uyum = <,08
TLI	0.905	Kabul edilebilir uyum = >,90
IFI	0.923	Kabul edilebilir uyum = >,90
Hoelter's CN	128.620	Kabul edilebilir uyum = >100

Tablo 4'te yer alan uyum indeksleri, modelin doğrulayıcı faktör analizi kapsamında elde edilen yapıya iyi düzeyde uyum sağladığını göstermektedir. Ki-kare/serbestlik derecesi oranı ($\chi^2/df = 2.44$) kabul edilebilir sınırlar içerisinde (<3). CFI (.922), NFI (.905), TLI (.905) ve IFI (.923) gibi artımlı

uyum indeksleri .90'ın üzerinde olup modelin veriye yeterli düzeyde uyum sağladığını göstermektedir. RMSEA (.076) ve SRMR (.057) değerleri ise <.08 düzeyinde kalarak modelin hata açısından da kabul edilebilir olduğunu ortaya koymaktadır. Hoelter's CN değeri ise 128.620 ile >100 sınırını aşarak örneklemin model için yeterli büyüklükte olduğunu desteklemektedir. GFI (.891) ve RFI (.849) değerleri sınır değerlerin biraz altında kalmakla birlikte, genel model uyumunu zedeleyecek düzeyde değildir. Bu bulgular, modelin yapı geçerliliği açısından yeterli uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Tablo 5. Duygusal Yeme Ölçeği'nin maddelerinin alt faktör yük değerleri

	Madde	Faktör Yük Değeri	FY ²	1-FY ²
Faktör 1: Öfke/kızgınlık	Madde 7	1.000	1.0	0
	Madde 12	.758	.57	.42
	Madde 13	.991	.98	.01
	Madde 17	.910	.82	.17
	Madde 18	.827	.68	.31
	Madde 19	.996	.99	.0
	Madde 21	.843	.71	.28
	Madde 25	.612	.37	.62
Faktör 2: Kaygı	Madde 2	1.000	1.0	.0
	Madde 3	.969	.93	.06
	Madde 4	.604	.36	.63
	Madde 5	.885	.78	.21
	Madde 6	.645	.41	.58
	Madde 8	1.00	1.0	.0
Faktör 3: Depresyon	Madde 9	1.032	1.06	-.06
	Madde 10	1.034	1.06	-.06

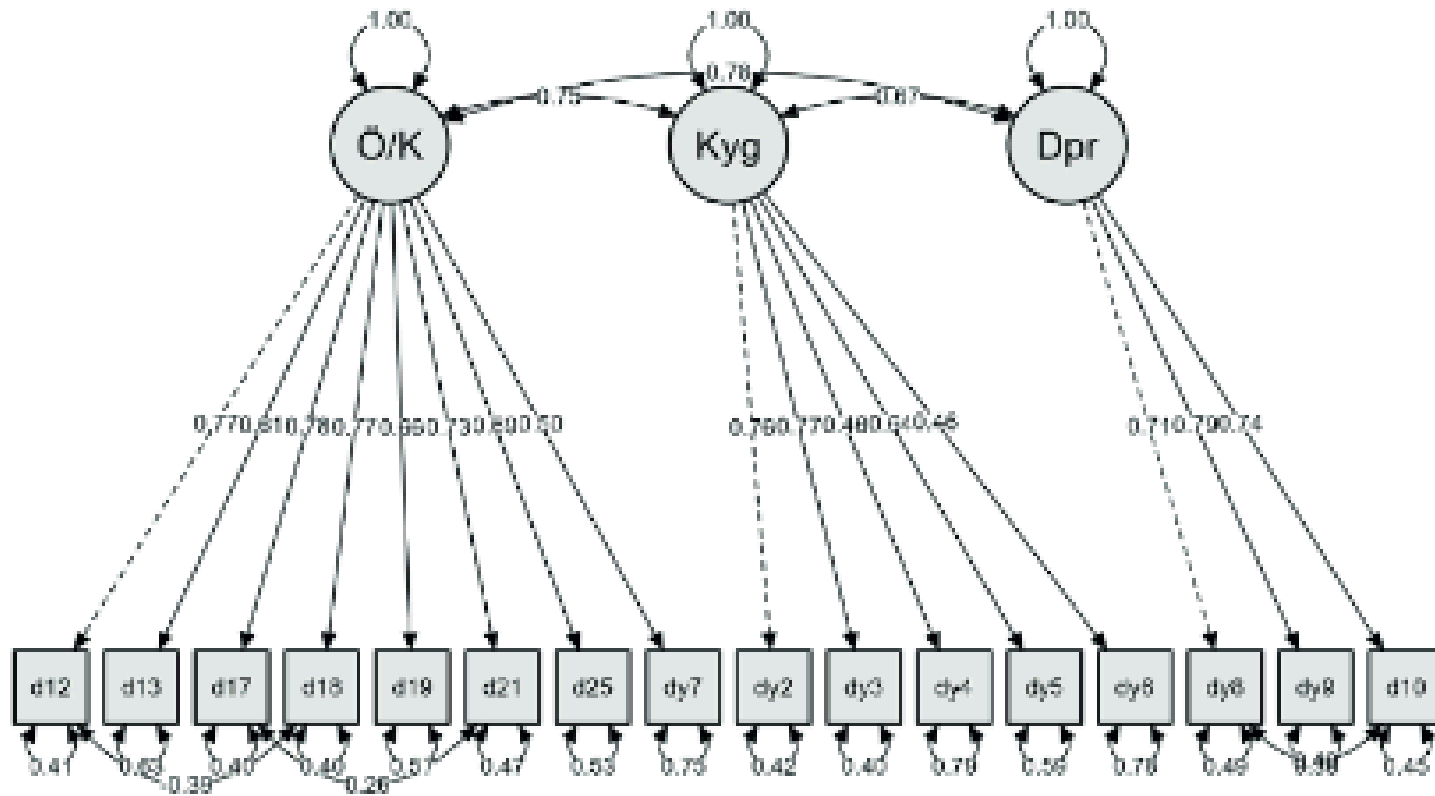
Tablo 5'deki değerlere göre, üç alt boyuttaki tüm maddelerin faktör yüklerinin alt sınır olan .60'ın üzerinde olduğu sonucuna varılmıştır. Faktör yükü düşük bulunan madde 14, 20 ve 23 ölçekten çıkarılmıştır.

Tablo 6. Bileşik güvenirlik (CR), hesaplanan varyansın ortalama karekök hatası (AVE), Cronbach's Alpha (α) ve Pearson korelasyon (r) değerlerine dair bulgular

	Madde	AVE	CR	ω	α	r
Faktör 1: Öfke/kızgınlık	Madde 7					
	Madde 12					
	Madde 13					
	Madde 17					
	Madde 18	.484	.884	.884	.876	1
	Madde 19					
	Madde 21					
	Madde 25					
Faktör 2: Kaygı	Madde 2					
	Madde 3					
	Madde 4	.395	.760	.760	.749	.638**
	Madde 5					
	Madde 6					
Faktör 3: Depresyon	Madde 8					
	Madde 9	.559	.745	.745	.834	.632**
	Madde 10					.534**
Toplam				.908	.876	

**p>.01

Tablo 6’da yer alan bulgulara göre, Duygusal Yeme Ölçeği’nin tüm alt boyutlarında bileşik güvenirlik (CR) değerleri .70’in üzerinde çıkmış ve bu da ölçeğin içsel tutarlılığının yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. AVE değerleri incelendiğinde, “Depresyon” alt boyutunun .559 ile kabul edilebilir düzeyde olduğu, “Kaygı” ve “Öfke/kızgınlık” boyutlarının ise sırasıyla .395 ve .484 ile sınır değere yakın ancak kabul edilebilir düzeyde olduğu söylenebilir. Cronbach’s Alpha (α) ve McDonald’s Omega (ω) katsayıları da tüm alt boyutlar için .74 ile .88 arasında değişmekte olup, ölçeğin güvenilirliğini desteklemektedir. Ayrıca, alt boyutlar arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı korelasyonlar gözlenmiş, bu da yapılar arasında beklenen yönde ilişkilerin varlığını desteklemektedir. Bu sonuçlar, ölçeğin hem güvenirliğinin hem de yapı geçerliğinin tatmin edici düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır.



Şekil 1. Duygusal Yeme Ölçeği’nin maddeleri için yük değerleri ve alt boyutlar arasındaki korelasyon değerleri

Şekil 1’de Duygusal Yeme Ölçeği’nin üç faktörlü modeline ait doğrulayıcı faktör analizi sonuçları sunulmuştur. Tüm maddelerin faktör yükleri kabul edilebilir düzeyde olup, faktörler arasında pozitif ve anlamlı korelasyonlar gözlenmiştir. Model genel olarak yeterli uyum göstermektedir.

TARTIŞMA

Bu araştırmada, Arnou, Kenardy ve Agras (1995) tarafından geliştirilen ve duygusal yeme davranışını üç alt boyutta (öfke/kızgınlık, kaygı ve depresyon) ele alan 25 maddelik orijinal Emotional Eating Scale (EES)’in Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır. Ölçeğin açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda 9 madde çıkarılmış, 16 maddelik ve üç faktörlü yapısı Türk örnekleminde de korunmuştur. Orijinal çalışmada iç tutarlılık katsayıları .85 ile .94 arasında değişirken, bu çalışmada da toplam iç tutarlılık $\alpha = .876$, McDonald’s $\omega = .908$ ve CR = .908 ile benzer düzeyde bulunmuştur. Ayrıca AVE değerlerinin (özellikle depresyon boyutunda .559) kabul edilebilir düzeyde olması, ölçeğin yapı geçerliğini desteklemektedir. Modelin DFA uyum indeksleri de (CFI = .922, RMSEA = .076) orijinal ölçeğin geçerlik düzeyine yakın sonuçlar üretmiştir. Bu yönüyle, ölçeğin Türkçe versiyonu, orijinal yapısına sadık kalarak güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olarak değerlendirilmiştir.

Türk literatüründe farklı Duygusal Yeme Ölçekleri’nin çeşitli versiyonlarına dair uyarlama çalışmaları da mevcuttur. Bektaş ve arkadaşları (2016), çocuk ve ergen örnekleminde yönelik olarak Emotional Eating

Scale for Children and Adolescents (EES-C) ölçeğini Türkçeye uyarlamış ve üç faktörlü yapının (öfke, kaygı, pozitif duygular) korunabilir olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmadaki ölçekten farklı olarak EES-C çocuklara özgü duygu kategorileri içermekte ve yaş grubuna göre yapılandırılmıştır. Benzer şekilde, Akın ve arkadaşları (2016) ise duygusal yeme davranışını tek boyutlu bir yapı ile ele alan 10 maddelik bir ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliğini değerlendirmiştir. Bu ölçek duygulara göre ayrışma içermediği için, mevcut çalışmadaki faktörel ayrımın analitik derinliğiyle kıyaslandığında daha sınırlı bir değerlendirme sunmaktadır.

Arslantaş ve arkadaşları (2020), Arnow ve arkadaşlarının geliştirdiği EES'nin Türkçeye uyarlamasını gerçekleştirmiş, ancak faktör yapısında bazı farklılıklar bildirmiştir. Örneğin madde yerleşimlerinin bazı alt boyutlarla tutarsız olduğu ve AVE değerlerinin bazı alt faktörlerde .50'nin altında kaldığı görülmüştür. Bu yönüyle, mevcut çalışmada hem faktör yapısının daha net biçimde korunmuş olması hem de güvenilirlik katsayılarının daha tutarlı olması, metodolojik açıdan güçlü bir katkı sunmaktadır. Öte yandan, Bilgen (2018) ise EES'ye dayalı bir kısa form geliştirmiş, ancak özellikle Cronbach's Alpha değerlerinde bazı alt boyutlarda .70'in altında kalan sonuçlar elde etmiştir. Bu durum, madde sayısındaki azalma ile ölçüm güvenilirliği arasında olası bir denge sorununa işaret etmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak, mevcut araştırma, orijinal EES'nin Türk örneklemeine uygun bir biçimde uyarlanabildiğini ve ölçeğin hem faktör yapısı hem de psikometrik göstergeleri bakımından geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır. Aynı zamanda duygusal yeme davranışının üç ayrı duygu durumuna göre ayrıştırılmasının (öfke, kaygı, depresyon) Türk kültürel bağlamında da anlamlı olduğu ve faktörel yapının desteklendiği görülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akın, A., Yıldız, B., & Özçelik, B. (2016). Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği. *Journal of International Social Research*, 9(44), 776–781.
- Alzheimer, G., & Urry, H. (2019). Do emotions cause eating? The role of previous experiences and social context in emotional eating. *Current Directions in Psychological Science*, 28(3), 234–240. <https://doi.org/10.1177/0963721419837685>
- Arnold, 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.
- Arslantaş, H., Demir, D., Topal, Z., & Çiçek, İ. (2020). Duygusal Yeme Ölçeği'nin Türkçe çevirisinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 31(2), 122–130. <https://doi.org/10.5080/u23520>
- Bektaş, M., Bektaş, İ., Selekoğlu, Y., Kudubeş-Akdeniz, A., Altan-Sal, S., & Ayar, D. (2016). Psychometric properties of the Turkish version of the Emotional Eating Scale for children and adolescents. *Eating Behaviors*, 22, 217–221. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.06.021>
- Bilgen, S. Ş. (2018). *Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği geliştirilmesi geçerlilik ve güvenilirlik çalışması* (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Chew, H., Soong, R., Ang, W., Ngooi, J., Park, J., Yong, J., & Goh, Y. (2025). The global prevalence of emotional eating in overweight and obese populations: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Psychology*, 116(2), 484–498. <https://doi.org/10.1111/bjop.12768>
- Frayn, M., & Knäuper, B. (2018). Emotional eating and weight regulation: A qualitative review of the literature. *Current Psychology*, 37, 924–933. <https://doi.org/10.1007/S12144-017-9577-9>
- Godet, A., Fortier, A., Bannier, E., Coquery, N., & Val-Laillet, D. (2022). Interactions between emotions and eating behaviors: Main issues, neuroimaging contributions, and innovative preventive or corrective strategies. *Reviews in Endocrine and Metabolic Disorders*, 23(1), 1–25. <https://doi.org/10.1007/s11154-021-09700-x>

Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). Guilford Press.

Reichenberger, J., Schnepper, R., Arend, A., & 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>

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.

Worthington, R. L., & Whittaker, T. A. (2006). Scale development research: A content analysis and recommendations for best practices. *The Counseling Psychologist*, 34(6), 806–838. <https://doi.org/10.1177/0011000006288127>

Wozniak, J., & Huang, H. (2024). Emotional eating in primary care: Considerations for assessment and management. *Harvard Review of Psychiatry*, 32(5), 166–172. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000405>

EKLER

Duygusal Yeme Ölçeği

Duygusal Yeme Ölçeği		Yeme İsteği Yok	Çok Az Bir Yeme İsteği	Orta Düzeyde Yeme İsteği	Yüksek Yeme İsteği	Çok Yüksek Yeme İsteği
Hepimiz farklı durumlarda farklı duygular yaşarız. Bazı duygular, insanlarda yeme isteği uyandırır. Aşağıdaki duyguların size yeme isteği uyandırıp uyandırmadığını, uyandırıyor ise ne kadar güçlü bir şekilde uyandırdığını lütfen uygun kutucuğu işaretleyerek belirtiniz. Aşağıdaki ifadeleri size en uygun olacak biçimde doldurunuz.						
1.	Cesaretsiz hissettiğimde ...					
2.	Korku dolu hissettiğimde ...					
3.	Bitkin hissettiğimde ...					
4.	Yetersiz hissettiğimde ...					
5.	Heyecanlı hissettiğimde ...					
6.	İnatçı hissettiğimde ...					
7.	Mutsuz hissettiğimde ...					
8.	Gergin hissettiğimde ...					
9.	Üzgün hissettiğimde ...					
10.	Sinirli hissettiğimde ...					
11.	Kıskanç hissettiğimde ...					
12.	Öfkeli hissettiğimde ...					
13.	Kaygılı hissettiğimde ...					
14.	Kafası Karışık hissettiğimde ...					
15.	Kızgın hissettiğimde ...					
16.	Dargın hissettiğimde ...					

Alt Boyut	Maddeler
Faktör 1: Öfke/kızgınlık	1, 2, 3, 4, 5
Faktör 2: Kaygı	6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16
Faktör 3: Depresyon	7, 8, 9