**YETİŞKİNLERDE SEÇİCİ YEME ANKETİ (YSYA)**

Lütfen aşağıdaki soruları okuyunuz ve şu andaki yeme davranışınızı en iyi tanımlayan yanıtı daire içine alınız.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Hiçbir zaman | Nadiren | Bazen | Sıklıkla | Her zaman |
| 1. Yemeklerin belirli şekilde sunulmasını tercih ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hafif bile olsa ağızda buruk tat bırakan besinleri (kakao, ıspanak, greyfurt gibi) tüketmem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Belirli renkteki yiyecekleri tüketmeyi tercih ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Genel beslenme düzenimde bazı besin grupları yer almaz. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Genellikle yemek yemekten daha önemli işlerim olduğunu düşünürüm. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Ekşi yiyecekleri tüketmem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Belirli besinleri gördükten veya yedikten sonra tiksinir, ağlar veya öğürürüm. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Yeni yiyecekleri denemeyi sevmem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Öğün atlarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Yemek usulüne uygun hazırlanmadığında/pişirilmediğinde üzülürüm veya hayal kırıklığına uğrarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Çok az çeşit yiyecek tüketirim (10 çeşitten daha az) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Yiyeceklere hemen şüpheyle yaklaşırım ve çoğunu dikkatlice inceleme gereği duyarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Yemekleri belirli sırayla tüketirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Bir yiyeceğe başkasının dokunduğunu görürsem o yiyeceği yemem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**PUANLAMA**

|  |  |
| --- | --- |
| **Yemek sunumu** | **1,3,7,10,12,13,14’ün ortalaması** |
| **Besin çeşitliliği** | **4,8,11’ün ortalaması** |
| **Yemeğe karşı ilgisizlik** | **5,9’in ortalaması** |
| **Tat koşullanması** | **2,6’in ortalaması** |
| **YSYA toplam** | **Bütün maddelerin ortalaması** |

**Yüksek puan daha fazla seçici yeme ile ilişkilidir. Puan arttıkça seçici yeme davranışı da artmaktadır.**

**ATIF İÇİN:** Ayyildiz, F., & Esin, K. (2022). Validity and Reliability of the Turkish Version of the Adult Picky Eating Questionnaire. *PROGRESS IN NUTRITION*, *24*(3).