

YAYGIN ANKSİYETE BOZUKLUĞU- 7 TESTİ

SPSS veri analizi, Klinik Psikoloji Bölümü tez hazırlama ve yazdırma, Psikoloji Bölümü ölçek bulma, etik kurul başvuru formu hazırlama, intihal oranı düşürme, intihal raporu alma, tez, seminer ve bitirme projesi hazırlama ve yazdırma, tartışma, sonuç ve öneriler bölümü hazırlama, tezi makaleye çevirme, tezden makale oluşturma, intihal raporu alma, tez sunumu hazırlama, tez sunum örnekleri, tez düzenleme vb. tüm akademik işlemlerinizde yaşadığınız problemler için bizimle iletişime geçebilirsiniz.

0532 674 54 95

bilgi@tezimiduzenle.com

Spitzer ve arkadaşları tarafından 2006 yılında, Generalizet Anxiety Disorder -7 (GAD-7) ismi ile geliştirilen ölçeğin, Türkçe uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Konkan ve arkadaşları tarafından 2013 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı için cronbach alpha değeri 0,85, madde toplam puan korelasyon katsayıları 0.39-0.720 arasında, RMSEA 0.018, CFI 0.998, GFI 0.965, kesme puanı 8 olarak belirlenmiştir.

Bireylerdeki yaygın anksiyete belirtilerini taramak amacıyla kullanılan ölçek bir öz bildirim aracıdır. Yaygın anksiyete bozukluğuna ait 7 belirti ifadesinden oluşan ve dörtlü Likert tipi değerlendirme sağlayan ölçeğin puanlanması "hiç" için 0 puan, "hemen her gün" için 3 puan olacak şekilde yapılır ve ölçeğin toplam puanı, 7 maddelerin her birinden alınan puanın aritmetik toplamından oluşur.

Yaygın Anksiyete Bozukluğu- 7 Testi Soruları

1.Sinirli, kaygılı ve endişeli misiniz?	0	1	2	3
2.Kaygılarınızı kontrol edememe ya da durduramama	0	1	2	3
3.Farklı konularda çok fazla endişelenme	0	1	2	3
4.Gevşeyip rahatlayamama	0	1	2	3
5.Yerinizde duramayacak kadar kıpır kıpır huzursuz olma	0	1	2	3
6.Çabuk sinirlenme, kızma ya da huzursuz olma	0	1	2	3
7.Çok kötü bir şey olacak diye korkma	0	1	2	3

YEME TUTUMU ÖLÇEĞİ

Garner ve Garfinkel tarafından geliştirilmiş olan ölçek, Savaşır ve Işık tarafından 1989 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılarak Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı için cronbach alfa katsayısı 0.70 ve test tekrar test güvenirliliği korelasyonu 0.65 olarak belirlenmiştir.

Bireylerin yeme tutumlarını değerlendirmek amacıyla kullanılan ölçek, 40 maddeden oluşmaktadır ve maddeler cevapları daima-hiçbir zaman arasında değişen altılı Likert tipi bir ölçek üzerinde işaretlenmektedir. Puanlanırken ölçekte yer alan 1, 18, 19, 23,27 ve 39 numaralı sorular için bazen seçeneği 1, nadiren seçeneği 2, hiçbir zaman seçeneği 3 puan alırken diğer seçenekler 0 puan almaktadır. Ölçekte yer alan tüm diğer sorularda ise daima, çok sık ve sık sık seçenekleri sırasıyla 3, 2 ve 1 puan alırken diğer seçenekler 0 puan

almaktadır. Ölçekten alınan toplam puan tüm sorulara verilen puanların toplanması ile elde edilmekte ve puan artışı yemeyiş tutumlarındaki bozulmayı ifade etmektedir. Ölçeğin orijinal formunda kesme noktası 30 puan olarak belirlenmiştir.

Yeme Tutumu Ölçeği Soruları

Aşağıdaki sorular sizin yeme alışkanlıklarınızla ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size en uygun gelen kutu için (X) işareti koyunuz. Örneğin “Çikolata yemek hoşuma gider” cümlesini okudunuz. Çikolata yemek hiç hoşunuza gitmiyorsa “hiçbir zaman” yazılı kutu içine (X) işareti koyunuz; her zaman hoşunuza gidiyorsa “daima”nın altını (X) ile işaretleyiniz.

	Daima	Çok sık	Sık sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1. Başkaları ile birlikte yemek yemekten hoşlanırım.						
2. Başkaları için yemek pişiririm, fakat pişirdiğim yemeği yemem.						
3. Yemekten önce sıkıntılı olurum.						
4. Şişmanlıktan ödüm kopar.						
5. Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.						
6. Aklım fikrim yemektedir.						
7. Yemek yemeyi durduramadığım zamanlar olur.						
8. Yiyeceğimi küçük küçük parçalara bölerim.						
9. Yediğim yiyeceğin kalorisini bilirim.						
10. Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçınırım.						
11. Yemeklerden sonra şişkinlik hissederim.						
12. Ailem fazla yememi bekler.						
13. Yemek yedikten sonra kusarım.						
14. Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.						
15. Tek düşüncem daha zayıf olmaktır.						
16. Aldığım kalorileri yakmak için yorulana kadar egzersiz yaparım.						
17. Günde birkaç kez tartılırım.						
18. Vücudumu saran dar elbiselerden hoşlanırım.						
19. Et yemekten hoşlanırım.						
20. Sabahları erken uyanırım.						
21. Günlerce aynı yemeği yerim.						
22. Egzersiz yaptığımda harcadığım kalorileri hesaplarım.						
23. Adetlerim düzenlidir.						

24. Başkaları zayıf olduğumu düşünür.						
25. Şişmanlayacağım (Vücudumun yağ toplayacağı) düşüncesi zihnimi meşgul eder.						
26. Yemeklerimi yemek başkalarından uzun sürer.						
27. Lokantada yemek yemeyi severim.						
28. Müshil kullanırım.						
29. Şekerli yiyeceklerden kaçınırım.						
30. Diyet (perhiz) yemekleri yerim.						
31. Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.						
32. Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.						
33. Yemek konusunda başkalarının bana baskı yaptığını hissedirim.						
34. Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok zamanımı alır.						
35. Kabızlıktan yakınırım.						
36. Tatlı yedikten sonra rahatsız olurum.						
37. Perhiz yaparım.						
38. Midemin boş olmasından hoşlanırım.						
39. Şekerli, yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.						
40. Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.						