

Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği'nin Geliştirilmesi

Özge Kalkan¹, Alagün Belce Bahşi¹, Benu Akbulut¹, Kültegin Ögel²

¹Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi

²Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi; İstanbul Bilgi Üniversitesi

Kaynak gösterme

Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği'nin Geliştirilmesi. Kalkan Ö, Bahşi AB, Akbulut B, Ögel K. Poster bildiri. 12. Ulusal Alkol ve Madde Bağımlılığı Kongresi. 2018

Giriş-Amaç:

Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının birçok psikiyatrik rahatsızlıkla ilişkili olduğu literatürde bilinmektedir (3). Bağımlılık alanında beslenme, fiziksel egzersiz ve sağlık sorumluluğu gibi yaşam biçimi davranışlarının bağımlılığı sürdüren bir faktör olduğu düşünülmektedir (2). Bu bağlamda; yaşam biçimi davranışlarının bağımlılık üzerindeki etkisinin saptanması, madde kullanan kişiye sağlıklı yaşam biçimine yönelik motivasyon kazandırmak amacıyla uygun müdahalelerin belirlenmesinde önemlidir.

Yöntem:

Bu çalışma Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi'nde bağımlılık tedavisi ile yatarak tedavi gören hastalar ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada; Sosyodemografik Bilgi Formu, Bağımlılık Profil İndeksi Klinik Form (BAPİ-K), Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II ve araştırmacılar tarafından hazırlanan Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu form, literatürde yer alan sağlıklı yaşam biçim davranışları araştırılarak, bağımlılarla görüşülerek ve 10 bağımlıya pilot olarak uygulanarak hazırlanmıştır. Bu form, 12 sorudan oluşmaktadır.

Bulgular:

Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği'nin iç tutarlılık analizinde Cronbach alfa katsayısı 0.71 bulunmuştur. Faktör analizinde toplam varyansın %29.6'sını açıklayan 5 faktör saptanmıştır. Ek olarak; sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile beslenme biçimi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır.

Sonuç:

Bu bulgular, Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin, araştırmaların dışında, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına yönelik geribildirim vermek amacıyla bireysel görüşmelerde de kullanılabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar:

1. Bahar, Z. ve ark. (2008). Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının geçerlik güvenilirlik çalışması. C.Ü Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2008, 12(1).
2. Tuygar, Ş.F. (2009). Bağımlılarda sağlıklı yaşam biçimi davranışı geliştirme eğitiminin beden kitle indeksi üzerine etkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
3. Walsh, R. (2011). Lifestyle and mental health. The American Psychologist, 66(7), 579-592. doi:10.1037/a0021769.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, sağlıklı yaşam biçimi davranışları, ölçek