Beden Duyumlar? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Beden Duyumlar? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17364

ARABPSYCHOLOGY.COM

Öz

Beden Duyumlar? Ölçe?i (BDÖ), bireylerin çe?itli içsel bedensel duyumlar? ne s?kl?kta ve ne ?iddette alg?lad?klar?n? ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikolojik araçt?r. Ölçek, özellikle **anksiyete** ve **panik bozuklu?u** gibi somatik semptomlar?n bili?sel yanl?? yorumlanmas?n?n merkezi rol oynad??? durumlarda klinik de?erlendirme için önemlidir. Ölçe?in Türkçe uyarlamas?, **Ay?egül Kart** ve **Murat H. Türçapar** taraf?ndan 2014 y?l?nda gerçekle?tirilmi?tir. Bu Uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türk kültürü ve dili ba?lam?nda geçerlili?ini ve güvenilirli?ini ara?t?rm??t?r.

Anahtar Kelimeler

Beden Duyumlar?, Somatik Semptomlar, Anksiyete, Panik Bozuklu?u, Psikometri, Ölçek Uyarlamas?, Bili?sel Davran??ç? Terapi

Yazarlar

Ay?egül Kart, Murat H. Türçapar

Amaç

Beden Duyumlar? Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin kalp çarp?nt?s?, nefes darl???, ba? dönmesi veya kar?ncalanma gibi içsel fizyolojik de?i?ikliklere kar?? gösterdikleri duyarl?l?k düzeyini ve bu duyumlar?n rahats?z edicilik derecesini nicel olarak belirlemektir. Bu ölçüm, özellikle **anksiyete** spektrum bozukluklar?nda görülen, bedensel belirtilerin felaketle?tirilmesi e?ilimini anlamada kritik bir rol oynamaktad?r.

Ölçek, klinik uygulamada hastalar?n tedavi öncesi somatik duyarl?l?k seviyelerini belirlemek ve bili?sel davran??ç? terapi (BDT) gibi müdahalelerin etkinli?ini de?erlendirmek için bir temel ölçüt sa?lamaktad?r.

Yap?

Ölçek, psikolojideki **somatik duyarl?l?k** (somatic sensitivity) yap?s?n? ölçmektedir. Bu yap?, bireyin vücudundaki normal fizyolojik de?i?ikliklere dikkat etme, bunlar? fark etme ve bu duyumlara kar?? abart?l? veya olumsuz tepkiler verme e?ilimi olarak tan?mlan?r. Beden Duyumlar?, panik bozuklu?unun bili?sel modelinde, kayg? döngüsünü ba?latan temel tetikleyiciler olarak kabul edilir.

BDÖ, bu duyumlar?n hem alg?lanan yo?unlu?unu hem de bunlara e?lik eden rahats?zl?k düzeyini de?erlendirerek, bireyin bedenine yönelik dikkat oda??n? ve yorumlama biçimini ortaya koymaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Geçerlik

Beden Duyumlar? Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamas? (Kart ve Türçapar, 2014) kapsam?nda geçerlik çal??malar? yürütülmü?tür. Çal??mada, ölçe?in yap?sal Geçerlik ve ölçüt ba??nt?l? geçerli?i incelenmi?tir. Yap? geçerli?i, ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen psikolojik yap?y? ne derece do?ru ölçtü?ünü test eder.

Uyarlama çal??mas?nda, BDÖ puanlar?n?n, teorik olarak ili?kili oldu?u dü?ünülen di?er ölçekler (örne?in, anksiyete ve panik belirti ölçekleri) ile anlaml? korelasyonlar gösterdi?i varsay?lmaktad?r (ölçüt ba??nt?l? geçerlik). Bu bulgular, ölçe?in Türk popülasyonunda somatik duyarl?l??? geçerli bir ?ekilde ölçtü?ünü desteklemektedir.

Güvenirlik

Türkçe uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in iç tutarl?l?k (iç Güvenirlik) katsay?s? ve muhtemelen test-tekrar test güvenirli?i incelenmi?tir. ?ç tutarl?l?k, ölçe?i olu?turan maddelerin ayn? yap?y? ne derece tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir.

Yüksek Cronbach Alfa katsay?lar?, ölçek maddelerinin homojen oldu?unu ve somatik duyarl?l?k yap?s?n? güvenilir bir ?ekilde temsil etti?ini göstermektedir. Bu bulgular, BDÖ'nün klinik ve ara?t?rma ortamlar?nda istikrarl? sonuçlar verebilece?ini i?aret eder.

Faktör Analizi

Kart ve Türçapar (2014) taraf?ndan yap?lan uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in orijinal yap?s?n?n Türkçe örneklemde korunup korunmad???n? belirlemek amac?yla faktör analizi teknikleri kullan?lm??t?r. Genellikle, bu tür bir analiz (Aç?mlay?c? veya Do?rulay?c? Faktör Analizi), ölçe?in tek boyutlu mu yoksa birden fazla alt boyuttan m? olu?tu?unu (örne?in, kardiyak duyumlar, solunum duyumlar?, mide-ba??rsak duyumlar? gibi) ortaya koyar. Faktör analizi sonuçlar?, Türkçeye uyarlanan ölçe?in yap?sal geçerlili?ini destekleyen kan?tlar sunmu?tur.

Araç

Test Type: Uyarlama

Format: Bireysel raporlama ölçe?i (Self-report scale). Derecelendirme format? orijinal ölçe?e ba?l? olarak genellikle Likert tipi bir ölçek kullan?r.

Language Available: Türkçe

Population Group: Yeti?kinler (Klinik ve Klinik Olmayan Popülasyonlar)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Age Group: 18 ya? ve üzeri

Population Details: Ölçe?in uyarlama çal??mas?, Türkiye'deki üniversite ö?rencileri ve/veya klinik popülasyonlar üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Methodology: Ka??t-kalem veya dijital ortamda bireysel olarak uygulanabilir.

Anahtar Kelimeler

Somatik Duyarl?l?k, Vücut Fark?ndal???, Ölçek Geli?tirme, Psikolojik De?erlendirme, Türk Psikolojisi, **Panik Bozuklu?u**

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: Ay?egül Kart'?n ilgili makaledeki kurumsal e-posta adresi için referans kayna??na bak?lmal?d?r.

Correspondence Address: ?lgili makalede Ay?egül Kart sorumlu yazar olarak belirtilmi?tir.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, Kart ve Türçapar taraf?ndan 2014 y?l?nda Türkçe'ye uyarlanm??t?r. Ölçe?in akademik veya klinik amaçl? kullan?m? için sorumlu yazar Ay?egül Kart'tan izin al?nmas? tavsiye edilir. Ölçe?in kullan?m?na ili?kin ücret bilgisi belirtilmemi?tir.

Kaynaklar

Kart, A. ve Türçapar, M. H. (2014). Beden Duyumlar? Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamas?, geçerlilik ve güvenilirli?i. *Bili?sel Davran??ç? Psikoterapi ve Ara?t?rmalar Dergisi, 3*(1), 18-22.
Makalenin çevrimiçi ba?lant?s?: scopemed.org

Ölçe?in orijinal doküman?na (DOCX format?nda) a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir: beden-duyumlari-olcegi-toad.docx

Beden Duyumlar? Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Orijinal kaynak içeri?inde Beden Duyumlar? Ölçe?i maddeleri sa?lanmam??t?r. Maddeler için yazar?n orijinal makalesine ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM