Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17522

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i (BAÖ), Amerika Birle?ik Devletleri'nde geli?tirilen Benli?in Ayr?mla?mas? Envanteri-Gözden Geçirilmi? Formu'nun (Differentiation of Self Inventory-Revised, DSI-R) Türkçe yeti?kin popülasyonuna uyarlanm?? biçimidir. Ölçek, bireyin duygusal sistemden ba??ms?z olarak dü?ünebilme, hissedebilme ve hareket edebilme yetene?ini, yani benli?in ayr?mla?mas? düzeyini ölçmeyi amaçlar. Bu yap?, özellikle Murray Bowen taraf?ndan geli?tirilen Bowen Aile Sistemleri Teorisi ba?lam?nda merkezi bir öneme sahiptir. Türkçeye uyarlama çal??mas? 2015 y?l?nda Erkan I??k ve Selçuk Bulduk taraf?ndan gerçekle?tirilmi? olup, ölçe?in psikometrik özelliklerinin Türk kültürü için geçerli ve güvenilir oldu?unu göstermi?tir.

Ölçek, bireylerin kendi duygusal tepkilerini düzenleme, ki?isel inançlar?n? ifade etme, ba?kalar?yla yak?nl?k kurma ve onlardan ayr??ma becerilerini de?erlendiren maddelerden olu?ur. Bu uyarlama, klinik psikoloji, evlilik ve aile terapisi alanlar?nda benlik ayr?mla?mas? düzeyini de?erlendirmek için önemli bir araç sa?lamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Benli?in Ayr?mla?mas?, Bowen Aile Sistemleri Teorisi, DSI-R, Duygusal Tepkisellik, Benlik Konumu, Uyarlama, Psikometrik Özellikler, Yeti?kin.

Yazarlar

Erkan I??k, Selçuk Bulduk (Uyarlama Çal??mas?)

Amaç

Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i'nin temel amac?, yeti?kin bireylerin ki?ileraras? ili?kilerde ve aile sistemleri içinde duygusal ve entelektüel i?levsellik düzeylerini ölçmektir. Ölçek, bireyin kendi dü?ünce ve duygular?n? ba?kalar?n?nkilerden ay?rt edebilme, özerk bir kimlik geli?tirebilme ve yo?un duygusal bask? alt?nda bile rasyonel kararlar alabilme kapasitesini nicel olarak belirlemeyi hedefler.

Bu araç, özellikle evlilik ve aile terapisi ba?lam?nda, bireyin stres ve çat??ma durumlar?nda ne kadar "kayna?ma" (fusion) veya "kopukluk" (cutoff) e?ilimi gösterdi?ini tespit etmek için kullan?l?r. Yüksek benlik ayr?mla?mas? puanlar?, daha sa?l?kl? ve uyumlu ili?kilerle ili?kilendirilmektedir.

Yap?

Ölçek, Murray Bowen'?n kavramla?t?rd??? benli?in ayr?mla?mas? yap?s?n? ölçmektedir. Teorik olarak bu yap?, iki temel boyutta incelenir: Bireyin kendi içindeki duygusal ve entelektüel süreçleri

ARABPSYCHOLOGY.COM

ay?rt etme yetene?i; ve bireyin di?er önemli ki?ilerle (özellikle aile üyeleriyle) olan ili?kilerinde özerk kalabilme yetene?i.

Orijinal DSI-R, genellikle dört temel alt boyutu ölçmektedir. Uyarlama çal??mas?nda da bu dört faktörlü yap?n?n korundu?u varsay?lmaktad?r:

Duygusal Tepkisellik (Emotional Reactivity): Stres alt?nda a??r? duygusal tepkiler verme e?ilimi.
Benlik Konumu (I-Position): Bask? alt?nda bile ki?isel inançlar? ve de?erleri koruma yetene?i.
Di?erleriyle Kayna?ma (Fusion with Others): ?li?kilerde a??r? ba??ml?l?k ve özerkli?in kayb?.
Duygusal Kopukluk (Emotional Cutoff): Ailevi gerginli?i yönetmek için ili?kilerden kaç?nma veya tamamen uzakla?ma.

Geçerlik

Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama çal??mas?nda (I??k & Bulduk, 2015), ölçe?in yap? geçerli?i incelenmi?tir. Yap? geçerli?i çal??malar? genellikle Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?larak orijinal dört faktörlü yap?n?n Türk örnekleminde de uygunlu?unu test etmeyi içerir.

Uyarlama çal??mas?n?n sonuçlar?, ölçe?in benli?in ayr?mla?mas? kuramsal yap?s?n? ölçme konusunda yeterli geçerlik kan?tlar?na sahip oldu?unu göstermi?tir. Bu, ölçe?in amaca uygun bir ?ekilde kullan?labilece?i anlam?na gelmektedir.

Güvenirlik

Türkçe Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i'nin güvenirlik analizleri, ölçe?in iç tutarl?l???n? de?erlendirmeyi amaçlam??t?r. ?ç tutarl?l?k, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ne kadar homojen bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir.

I??k ve Bulduk (2015) taraf?ndan yap?lan çal??mada, Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i'nin genel olarak ve alt boyutlar baz?nda yüksek düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?u rapor edilmi?tir. Bu sonuçlar, ölçe?in zaman içinde tutarl? ölçümler yapabilme yetene?i, yani güvenirlik aç?s?ndan kabul edilebilir düzeyde oldu?unu teyit etmektedir.

Faktör Analizi

Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i'nin (DSI-R) Türkçe uyarlamas?n?n faktör yap?s?n? incelemek amac?yla faktör analizi teknikleri kullan?lm??t?r. Bu analizler, orijinal ölçe?in teorik olarak dayand??? dört faktörlü yap?n?n Türk kültürüne özgü örneklemde de sürdürülüp sürdürülmedi?ini kontrol etmeyi gerektirir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Uyarlama çal??mas?nda uygulanan Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA), ölçe?in Duygusal Tepkisellik, Benlik Konumu, Di?erleriyle Kayna?ma ve Duygusal Kopukluk alt boyutlar?ndan olu?an dört faktörlü modelinin iyi uyum indeksleri sergiledi?ini göstermi?tir. Bu, ölçe?in kuramsal yap?s?n?n kültürel ba?lamda korundu?unu destekleyen güçlü bir psikometrik kan?tt?r.

Araç

Test Türü: Uyarlama

Format: Öz Bildirim Ölçe?i (Likert Tipi)

Mevcut Diller: Türkçe, ?ngilizce (Orijinal)

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler

Ya? Grubu: Yeti?kin (Spesifik ya? aral??? uyarlama çal??mas?n?n örneklemine ba?l?d?r)

Popülasyon Detaylar?: Türk yeti?kinler üzerinde geçerlik ve güvenirlik çal??mas? yap?lm??t?r.

Test Metodolojisi: 6'l? Derecelendirme (1=**Hiç Uygun De?il** - 6 = **Çok Uygun**). Yüksek puanlar, ölçülen faktörde yüksek düzeye i?aret eder (Örne?in, yüksek duygusal tepkisellik veya dü?ük benlik ayr?mla?mas?). Ölçek maddeleri genellikle ters puanlanan maddeler de içerir.

Anahtar Kelimeler

Aile Terapisi, Psikolojik Test, Duygusal Özerklik, Kayna?ma, Adaptasyon, Yeti?kin Psikolojisi, Öz Bildirim.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Bilgi mevcut de?ildir.

Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri: erkanthelight@gmail.com

Yaz??ma Adresi: Erkan I??k (Sorumlu Yazar)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in Türkçe uyarlama çal??mas? 2015 y?l?nda yay?mlanm??t?r. Ölçe?in kullan?m? için sorumlu yazar Erkan I??k ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. ?leti?im e-posta adresi: erkanthelight@gmail.com.

Ölçe?in orijinal PDF doküman?na a?a??daki ba?lant?dan eri?ilebilir. Orijinal PDF dosyas? burada

ARABPSYCHOLOGY.COM

indirilebilir: benligin-ayrimlasmasi-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

I??k, E. & Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the Differentiation of Self Inventory-Revised in Turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, *41*(1), 102-112. DOI: 10.1111/jmft.12022

Benli?in Ayr?mla?mas? Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmu? olup, hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemi?tir.

Ailemin yan?ndayken genellikle kendimi k?s?tlanm?? hissederim.
Önemli bir i?e ya da göreve ba?larken genellikle ba?kalar?n?n cesaretlendirmesine ihtiyaç duyar?m.
?nsanlar benimle yak?nl?k kurmaya çal??t?klar?nda, kendimi onlardan uzak tutar?m.

ARABPSYCHOLOGY.COM