# Bili?sel Abartma Tarz? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Bili?sel Abartma Tarz? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17887

ARABPSYCHOLOGY.COM

## Özet

Bili?sel Abartma Tarz? Ölçe?i (BÖTÖ), orijinal ad? **Looming Maladaptive Style Questionnaire-Revised (LMSQ-R)** olan psikolojik arac?n Türkçe adaptasyonudur. Bu ölçek, bireylerin tehditleri dinamik olarak alg?lama e?ilimlerini ölçmeyi amaçlar; yani, tehlikeli durumlar?n h?zla yakla?t???n? ve giderek büyüyerek kontrolden ç?kt???n? dü?ünme biçimini de?erlendirir. Ölçe?in Türkçe uyarlamas?, Ay?e Altan Atalay ve Derya Sar?ta? Atalar taraf?ndan 2018 y?l?nda gerçekle?tirilmi? olup, Türk popülasyonunda ölçe?in **psikometrik özellikler**ini belirlemeyi hedeflemi?tir. BÖTÖ, özellikle **kayg? bozukluklar?** ve panik e?ilimi ile ili?kili maladaptif **bili?sel stil**in saptanmas?nda önemli bir araçt?r.

## Anahtar Kelimeler

Bili?sel Abartma Tarz?, LMSQ-R, Uyarlama, Kayg?, Psikometrik Özellikler, Bili?sel Stil, Tehdit Alg?s?.

## Yazarlar

Ay?e Altan Atalay, Derya Sar?ta? Atalar

## Amaç

Bili?sel Abartma Tarz? Ölçe?i'nin (BÖTÖ) temel amac?, Looming Maladaptive Style Questionnaire-Revised (LMSQ-R) formunun Türkçe konu?an popülasyonda geçerli ve güvenilir bir ölçüm arac? olarak kullan?labilirli?ini sa?lamakt?r. Bu amaç do?rultusunda, ölçe?in dilsel e?de?erli?i sa?lanm??, ard?ndan Türk örneklemi üzerinde yap?sal geçerli?i ve iç tutarl?l?k güvenilirli?i incelenmi?tir.

Ölçek, bireylerin tehdit edici durumlar? zaman içinde nas?l abartt???n?, bu tehditlerin yakla?ma h?z?n? ve sonuçlar?n?n ciddiyetini nas?l alg?lad???n? sistematik olarak ölçerek, kayg?ya yatk?nl?k gösteren **bili?sel e?ilimler**in erken te?hisine katk?da bulunmay? amaçlamaktad?r. Bu sayede, bili?sel davran??ç? terapilerde hedeflenecek spesifik maladaptif dü?ünce kal?plar? belirlenebilir.

## Yap?

BÖTÖ, temel olarak "Bili?sel Abartma Tarz?" (Looming Maladaptive Style - LMS) yap?s?n? ölçer. Bu yap?, bireyin potansiyel tehlikeleri statik yerine dinamik, h?zla yakla?an ve büyüyen bir tehdit olarak deneyimlemesiyle karakterizedir. LMS, özellikle **panik bozuklu?u** ve yayg?n kayg? bozukluklar? ba?ta olmak üzere birçok anksiyete türünün geli?iminde merkezi bir rol oynad??? dü?ünülen bir **bili?sel stil**dir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Bu **bili?sel e?ilim**, tehditlerin zamanla orant?s?z bir ?ekilde kötüle?ece?i beklentisini içerir. Ölçek maddeleri, bu abartma stilini günlük ya?amdaki çe?itli senaryolar (sosyal, fiziksel, akademik riskler) üzerinden sorgulayarak yap?ya ili?kin kapsaml? bir de?erlendirme sunar. Yüksek puanlar, tehdit alg?s?n?n a??r? dinamik ve abart?l? oldu?unu gösterir.

## Geçerlik

Ölçe?in Türkçe uyarlamas?n?n geçerlik çal??malar?, orijinal ölçe?in yap?sal bütünlü?ünü koruyup korumad???n? saptamak amac?yla gerçekle?tirilmi?tir. Adaptasyon çal??malar?nda genellikle yap? geçerli?i (do?rulay?c? **faktör analizi** yoluyla) ve ölçüt geçerli?i (kayg?, panik veya di?er ilgili psikopatoloji ölçütleriyle korelasyonlar) incelenir. Bu çal??malar, BÖTÖ'nün Türk kültüründe Bili?sel Abartma Tarz? yap?s?n? do?ru bir ?ekilde temsil etti?ini göstermelidir.

Adaptasyon çal??mas?nda, ölçe?in teorik olarak ilgili oldu?u kayg? ve panik belirti ölçekleri ile pozitif ve anlaml? korelasyonlar göstermesi beklenir (Ölçüt Geçerli?i). Bu korelasyonlar, BÖTÖ'nün klinik olarak anlaml? bir yap?y? ölçtü?ünü do?rular ve ölçe?in klinik psikoloji alan?nda kullan?m?na zemin haz?rlar.

## Güvenirlik

Güvenirlik, ölçe?in tutarl? ve tekrarlanabilir sonuçlar verme yetene?ini ifade eder. Bili?sel Abartma Tarz? Ölçe?i'nin güvenirlik analizleri genellikle iç tutarl?l?k (madde homojenli?i) ve zaman içinde tutarl?l?k (test-tekrar test güvenilirli?i) yöntemleriyle de?erlendirilir. ?ç tutarl?l?k için en yayg?n kullan?lan istatistik **Cronbach Alfa** katsay?s?d?r.

Altan Atalay ve Sar?ta? Atalar (2018) taraf?ndan yürütülen adaptasyon çal??mas?nda, BÖTÖ'nün iç tutarl?l?k katsay?s?n?n kabul edilebilir düzeyde yüksek oldu?u rapor edilmi?tir. Bu, ölçek maddelerinin ayn? temel yap?y? (Bili?sel Abartma Tarz?) ölçme konusunda yüksek bir uyum sergiledi?i anlam?na gelmektedir. Ayr?ca, test-tekrar test güvenilirli?i bulgular? da ölçe?in k?sa süreli aral?klarla kararl? sonuçlar verdi?ini desteklemelidir.

## Faktör Analizi

Orijinal LMSQ-R, genellikle tek boyutlu bir yap?y? ölçmek üzere tasarlanm??t?r, ancak baz? çal??malarda alt faktörler de ortaya ç?kabilmektedir. Türkçe adaptasyon çal??mas?nda, ölçe?in yap? geçerli?ini incelemek üzere **Faktör Analizi** teknikleri (Aç?mlay?c? veya Do?rulay?c?) kullan?lm??t?r.

Do?rulay?c? **Faktör Analizi** (DFA), ölçe?in Türk örnekleminde orijinal tek faktörlü veya çok faktörlü yap?y? ne ölçüde do?rulad???n? test eder. Adaptasyon çal??mas?n?n bulgular?, BÖTÖ'nün Türk popülasyonunda da güçlü bir tek faktörlü yap? sergiledi?ini veya orijinal ölçekle tutarl? bir faktör

ARABPSYCHOLOGY.COM

yap?s?na sahip oldu?unu göstermi?tir. Bu sonuçlar, ölçe?in teorik yap?yla uyumlu oldu?unu kan?tlar niteliktedir.

## Araç

**Test Type:** Uyarlama (Adaptation)

**Format:** Likert Tipi Derecelendirme (Orijinal LMSQ-R genellikle 5 veya 7 noktal? Likert ölçe?i kullan?r)

**Language Available:** Türkçe (Turkish)

**Population Group:** Yeti?kin Popülasyonu (Klinik ve Klinik Olmayan Örneklemler)

**Age Group:** 18 ya? ve üstü

**Population Details:** Üniversite ö?rencileri ve/veya genel yeti?kin popülasyonu üzerinde psikometrik özellikleri incelenmi?tir.

**Test Methodology:** Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Questionnaire)

## Anahtar Kelimeler

Bili?sel Çarp?tma, Anksiyete, Panik Bozukluk, **Psikometrik Özellikler**, LMSQ-R, Tehdit Alg?s?, **Cronbach Alfa**.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Mevcut De?il (Kaynakta belirtilmemi?tir.)

**Affiliation Email addresses:** Ay?e Altan Atalay: ayse.altan@gmail.com

**Correspondence Address:** ?lgili yazar?n ba?l? bulundu?u akademik kurum adresi (Kaynakta detayl? belirtilmemi?tir.)

## ?zinler, Ücret ve Test Y?l?

**Test Y?l? (Adaptasyon):** 2018

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in ticari kullan?m? veya yay?mlanmas? için orijinal ölçek geli?tiricilerinden ve uyarlama yazarlar?ndan izin al?nmas? gerekmektedir. Akademik amaçl? kullan?mlar için izin prosedürleri, sorumlu yazar ile ileti?ime geçilerek belirlenmelidir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

## Kaynaklar

Altan Atalay, A., & Sar?ta? Atalar, D. (2018). Psychometric Properties of the Turkish version of Looming Maladaptive Style Questionnaire-Revised (LMSQ-R). *Klinik Psikiyatri Dergisi, 21*(1), 52-60. doi: 10.5505/kpd.2017.44227

## Bili?sel Abartma Tarz? Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** Ölçek maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Ölçe?in maddelerini veya derecelendirme format?n? ö?renmek için sorumlu yazarla ileti?ime geçilmesi veya referans gösterilen makalenin incelenmesi tavsiye edilir.

Ölçe?in orijinal PDF belgesine a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir:

The original PDF can be downloaded here: bilissel-abartma-tarzi-olcegi-toad.pdf

ARABPSYCHOLOGY.COM