

Bilişsel Abartma Tarz? Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Bilişsel Abartma Tarz? Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17887>

Özet

Bilişsel Abartma Tarzı Ölçeği (BÖTÖ), orijinal adı **Looming Maladaptive Style Questionnaire-Revised (LMSQ-R)** olan psikolojik aracın Türkçe adaptasyonudur. Bu ölçek, bireylerin tehditleri dinamik olarak algılama eğilimlerini ölçmeyi amaçlar; yani, tehlikeli durumların hızla yaklaşması ve giderek büyüyerek kontrolden çıkması düşünme biçimini değerlendirir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, Ayşe Altan Atalay ve Derya Sarıtaş Atalar tarafından 2018 yılında gerçekleştirilmiş olup, Türk nüfusundaki ölçeğin **psikometrik özelliklerini** belirlemeyi hedeflemiştir. BÖTÖ, özellikle **kaygı bozuklukları** ve panik eğilimi ile ilişkili maladaptif **bilişsel stili**ni saptanmasında önemli bir araçtır.

Anahtar Kelimeler

Bilişsel Abartma Tarzı, LMSQ-R, Uyarılma, Kaygı, Psikometrik Özellikler, Bilişsel Stil, Tehdit Algısı.

Yazarlar

Ayşe Altan Atalay, Derya Sarıtaş Atalar

Amaç

Bilişsel Abartma Tarzı Ölçeği'nin (BÖTÖ) temel amacı, Looming Maladaptive Style Questionnaire-Revised (LMSQ-R) formunun Türkçe nüfusta geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılabilirliğini sağlamaktır. Bu amaç doğrultusunda, ölçeğin dilsel geçerliliği sağlanmıştır, ardından Türk örnekleminde yapısal geçerliliği ve iç tutarlılık güvenilirliğini incelenmiştir.

Ölçek, bireylerin tehdit edici durumları zaman içinde nasıl abarttığını, bu tehditlerin yaklaşması ve sonuçlarının ciddiyetini nasıl algıladığını sistematik olarak ölçerek, kaygıya yatkınlık gösteren **bilişsel eğilimlerin** erken teşhisine katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Bu sayede, bilişsel davranışçı terapilerde hedeflenecek spesifik maladaptif düşünce kalıpları belirlenebilir.

Yapı

BÖTÖ, temel olarak "Bilişsel Abartma Tarzı" (Looming Maladaptive Style - LMS) yapısını ölçer. Bu yapı, bireyin potansiyel tehlikeleri statik yerine dinamik, hızla yaklaşan ve büyüyen bir tehdit olarak deneyimlemesiyle karakterizedir. LMS, özellikle **panik bozukluğu** ve yaygın kaygı bozuklukları başta olmak üzere birçok anksiyete türünün gelişiminde merkezi bir rol oynadığı düşünülen bir **bilişsel stildir**.

Bu **bilişsel e?ilim**, tehditlerin zamanla orantısız bir şekilde kötüleşeceği beklentisini içerir. Ölçek maddeleri, bu abartma stilini günlük yaşamdaki çeşitli senaryolar (sosyal, fiziksel, akademik riskler) üzerinden sorgulayarak yapıya ilişkin kapsamlı bir değerlendirme sunar. Yüksek puanlar, tehdit algısının dinamik ve abartılı olduğunu gösterir.

Geçerlik

Ölçeğin Türkçe uyarlamasının geçerlik çalışmaları, orijinal ölçeğin yapısal bütünlüğünü koruyup korumadığını saptamak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Adaptasyon çalışmaları genellikle yapı geçerliliği (doğrulayıcı **faktör analizi** yoluyla) ve ölçüt geçerliliği (kaygı, panik veya diğer ilgili psikopatoloji ölçütleriyle korelasyonlar) incelenir. Bu çalışmalar, BÖTÖ'nün Türk kültüründe Bilişsel Abartma Tarzı yapısının doğru bir şekilde temsil ettiğini göstermelidir.

Adaptasyon çalışmasında, ölçeğin teorik olarak ilgili olduğu kaygı ve panik belirti ölçekleri ile pozitif ve anlamlı korelasyonlar göstermesi beklenir (Ölçüt Geçerliliği). Bu korelasyonlar, BÖTÖ'nün klinik olarak anlamlı bir yapıyı ölçtüğünü doğrular ve ölçeğin klinik psikoloji alanında kullanımına zemin hazırlar.

Güvenirlilik

Güvenirlilik, ölçeğin tutarlı ve tekrarlanabilir sonuçlar verme yeteneğini ifade eder. Bilişsel Abartma Tarzı Ölçeği'nin güvenirlilik analizleri genellikle iç tutarlılık (madde homojenliği) ve zaman içinde tutarlılık (test-tekrar test güvenilirliği) yöntemleriyle değerlendirilir. İç tutarlılık için en yaygın kullanılan istatistik **Cronbach Alfa** katsayısıdır.

Altan Atalay ve Sarıta? Atalar (2018) tarafından yürütülen adaptasyon çalışmasında, BÖTÖ'nün iç tutarlılık katsayısının kabul edilebilir düzeyde yüksek olduğu rapor edilmiştir. Bu, ölçek maddelerinin aynı temel yapıyı (Bilişsel Abartma Tarzı) ölçme konusunda yüksek bir uyum sergilediği anlamına gelmektedir. Ayrıca, test-tekrar test güvenilirliği bulguları da ölçeğin kısa süreli aralıklarla kararl? sonuçlar verdiğini desteklemektedir.

Faktör Analizi

Orijinal LMSQ-R, genellikle tek boyutlu bir yapıyı ölçmek üzere tasarlanmıştır, ancak bazı çalışmalarda alt faktörler de ortaya çıkabilmektedir. Türkçe adaptasyon çalışmasında, ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek üzere **Faktör Analizi** teknikleri (Açıklayıcı veya Doğrulayıcı) kullanılmıştır.

Doğrulayıcı **Faktör Analizi** (DFA), ölçeğin Türk örnekleminde orijinal tek faktörlü veya çok faktörlü yapıyı ne ölçüde doğruladığını test eder. Adaptasyon çalışmasının bulguları, BÖTÖ'nün Türk popülasyonunda da güçlü bir tek faktörlü yapı sergilediğini veya orijinal ölçekle tutarlı bir faktör

yapısına sahip olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, ölçeğin teorik yapıyla uyumlu olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Orijinal LMSQ-R genellikle 5 veya 7 noktalı Likert ölçeği kullanır)

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Yetişkin Popülasyonu (Klinik ve Klinik Olmayan Örneklemeler)

Age Group: 18 yaş ve üstü

Population Details: Üniversite öğrencileri ve/veya genel yetişkin popülasyonu üzerinde psikometrik özellikleri incelenmiştir.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Questionnaire)

Anahtar Kelimeler

Bilişsel Çarpıtma, Anksiyete, Panik Bozukluk, **Psikometrik Özellikler**, LMSQ-R, Tehdit Algısı, **Cronbach Alfa**.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Mevcut Değil (Kaynakta belirtilmemiştir.)

Affiliation Email addresses: Ayşe Altan Atalay: ayse.altan@gmail.com

Correspondence Address: İlgili yazarın bulunduğu akademik kurum adresi (Kaynakta detaylı belirtilmemiştir.)

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı (Adaptasyon): 2018

İzinler ve Ücret: Ölçeğin ticari kullanım veya yayımlanması için orijinal ölçek geliştiricilerinden ve uyarlama yazarlarından izin alınması gerekmektedir. Akademik amaçlı kullanımlar için izin prosedürleri, sorumlu yazar ile iletişime geçilerek belirlenmelidir.

Kaynaklar

Altan Atalay, A., & Sarıta? 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](https://doi.org/10.5505/kpd.2017.44227)

Bilişsel Abartma Tarzı Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Ölçek maddeleri kaynak içerikte sa?lanmamıştır. Ölçeğin maddelerini veya derecelendirme formatın? öğrenmek için sorumlu yazarla iletişime geçilmesi veya referans gösterilen makalenin incelenmesi tavsiye edilir.

Ölçeğin orijinal PDF belgesine aşağıdaki bağlantıdan ulaşılabilir:

The original PDF can be downloaded here: [bilissel-abartma-tarzi-olcegi-toad.pdf](#)