Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i (BKÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i (BKÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17928

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i (BKÖ), bireylerin tehdit edici veya rahats?z edici içsel deneyimlerden (dü?ünceler, duygular veya an?lar) kas?tl? olarak uzak durma e?ilimini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçe?in Türkçe adaptasyon, geçerlik ve güvenirlik çal??mas?, 2016 y?l?nda Ay?e Akyay taraf?ndan haz?rlanan yüksek lisans tezi kapsam?nda gerçekle?tirilmi?tir. Çal??ma, BKÖ'nün Türk örnekleminde yüksek düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?unu ve bili?sel kaç?nma yap?s?n? ölçmek için uygun bir araç oldu?unu göstermi?tir.

Ölçek, psikoterapi ara?t?rmalar?nda ve klinik uygulamalarda anksiyete bozukluklar?, endi?e ve genel psikolojik uyum süreçleriyle ili?kili olarak bili?sel kaç?nma stratejilerini de?erlendirmek için kullan?lmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Bili?sel Kaç?nma, Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i, Psikometri, Uyarlama, Güvenirlik, Geçerlik, Anksiyete, Endi?e.

Yazarlar

Ay?e Akyay

Amaç

Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i (BKÖ)'nün temel amac?, bireylerin rahats?z edici bili?sel içeriklere kar?? kulland?klar? kaç?nma stratejilerinin yo?unlu?unu ve s?kl???n? nicel olarak ölçmektir. Bu, özellikle yayg?n anksiyete bozuklu?u (YAB) ve genel endi?e (endi?e) süreçlerinin anla??lmas?nda kritik bir rol oynamaktad?r.

Türkçe uyarlama çal??mas?, bu psikolojik yap?y? Türk kültürü ba?lam?nda geçerli ve güvenilir bir ?ekilde de?erlendirebilecek bir araç sa?lamay? hedeflemi?tir. Bu amaçla, ölçe?in psikometrik özelliklerinin belirlenmesi için kapsaml? istatistiksel analizler yap?lm??t?r.

Yap? (Ölçülen Psikolojik Kavram)

BKÖ'nün ölçtü?ü temel yap?, Bili?sel Kaç?nmad?r. Bili?sel Kaç?nma, tehdit alg?lanan veya rahats?z edici kabul edilen dü?ünce, duygu, imge veya bedensel duyum gibi içsel uyaranlardan uzakla?mak için kas?tl? olarak gösterilen davran??sal veya zihinsel çabalar? kapsar.

Bu kaç?nma stratejileri genellikle k?sa vadede rahatlama sa?lasa da, uzun vadede duygusal düzenlemeyi engeller ve psikopatolojinin (özellikle anksiyete ve obsesif kompulsif bozukluklar)

ARABPSYCHOLOGY.COM

sürdürülmesine katk?da bulunur. BKÖ, bu kaç?nma e?ilimlerinin derecesini saptayarak klinik de?erlendirmeye yard?mc? olur.

Geçerlik

BKÖ'nün geçerlik çal??malar?, ölçe?in gerçekten bili?sel kaç?nma yap?s?n? ölçüp ölçmedi?ini belirlemeyi amaçlam??t?r. Adaptasyon çal??mas?nda, di?er ilgili ölçeklerle olan ili?kisi incelenmi?tir.

Kaynak tezde, Endi?e ve Anksiyete Ölçe?i (EAÖ) ile Türkçeye çevrilerek geçerli ve güvenilir oldu?u gösterilen Yayg?n Anksiyete Bozuklu?u Ölçe?i'nin 7 maddelik formu (YAB-7) aras?nda Pearson korelasyonu analizi uygulanm??t?r. Bu kar??la?t?rmada, EAÖ ve YAB-7 aras?nda yüksek bir korelasyon katsay?s? (r=0,636, p<0,05) saptanm??t?r. Bu sonuçlar do?rudan BKÖ'nün geçerli?ini göstermemekle birlikte, çal??man?n genel metodolojisi kapsam?nda BKÖ'nün ilgili yap?larla e? zamanl? geçerli?e sahip oldu?u varsay?lm??t?r. BKÖ'ye özgü detayl? kriter geçerli?i sonuçlar?n?n tezin tamam?nda yer ald??? dü?ünülmektedir.

Güvenirlik

Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i (BKÖ) Türkçe uyarlamas?n?n iç tutarl?l?k ve zamana kar?? kararl?l??? incelenmi?tir. ?ç tutarl?l?k analizi sonucunda, BKÖ toplam puan? için hesaplanan Cronbach's Alfa de?eri **0,943** olarak bulunmu?tur. Bu de?er, ölçe?in maddelerinin üst düzeyde homojen ve tutarl? oldu?unu göstermektedir.

Madde toplam korelasyonlar? incelendi?inde ise de?erlerin 0,403 ile 0,749 aras?nda oldu?u görülmü?tür, bu da her bir maddenin ölçe?in ölçtü?ü toplam yap?y? destekledi?ini belirtir. Ölçe?in zaman içindeki tutarl?l???n? de?erlendirmek amac?yla uygulanan Test-Tekrar Test tekni?i sonucunda, BKÖ toplam puanlar? için pozitif yönde ve anlaml? bir korelasyon katsay?s? (r=0,483, p<0,05) elde edilmi?tir.

Faktör Analizi

Kaynak tezde, yap?sal geçerlili?i de?erlendirmek üzere faktör analizi (temel bile?enler analizi) kullan?lm??t?r. Ancak, sunulan veriler a??rl?kl? olarak EAÖ'ye ait faktör analizi sonuçlar?n? içermektedir. EAÖ için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) de?eri 0,917 bulunmu?, bu da örneklem uygunlu?unun mükemmel oldu?unu göstermi?tir. EAÖ'de özde?eri 1'in üzerinde olan yaln?zca tek bir faktör olu?tu?u ve bu faktörün toplam varyans?n %50,8'ini aç?klad??? belirtilmi?tir.

BKÖ'nün faktör yap?s? için spesifik sonuçlar bu k?sa özette yer almamakla birlikte, uyarlama çal??malar?n?n genel amac?, orijinal ölçe?in faktör yap?s?n? korumakt?r. Yüksek Cronbach's Alfa de?eri (0,943), ölçe?in güçlü bir tek boyutlulu?a sahip olabilece?ine i?aret etmektedir, ancak

ARABPSYCHOLOGY.COM

kesin yap?sal geçerlik için BKÖ'ye özgü faktör yüklerinin incelenmesi gerekmektedir.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama (Adaptasyon)

Format: Be?li Likert Ölçe?i.

Derecelendirme: 1=hiç kat?lm?yorum, 2=k?smen kat?l?yorum, 3=kat?lm?yorum, 4=genellikle kat?l?yorum, 5=tamamen kat?l?yorum.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler (Yüksek lisans tezinde kullan?lan örneklem grubu)

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Genellikle üniversite ö?rencileri veya genç yeti?kinler)

Popülasyon Detaylar?: Yüksek lisans tezi örneklemi (spesifik demografik bilgiler kaynakta belirtilmemi?tir).

Test Metodolojisi: Öz bildirim ölçe?i (Self-report scale).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Sorumlu Yazar: Ay?e Akyay.

?leti?im: akyay_se@hotmail.com

Test Y?l? (Uyarlama): 2016.

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari kullan?m? veya daha geni? çapl? ara?t?rmalarda kullan?m? için yazar ile ileti?ime geçilmesi önerilir.

Kaynaklar

Akyay, A. (2016). *Endi?e ve Anksiyete Ölçe?i, Problemlere Kar?? Oumsuz Tutum Ölçe?i ve Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i, Türkçe uyarlanmas?, geçerlili?i ve güvenirlili?i*. (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, ?stanbul.

Yüksek lisans tezine Yüksekö?retim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi üzerinden eri?im sa?lanabilir: tez.yok.gov.tr

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? burada indirilebilir: bilissel-kacinma-olcegi-bko-toad.pdf

ARABPSYCHOLOGY.COM

Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i (BKÖ) Maddeleri

ÖNEML? NOT: Kaynak içerikte Bili?sel Kaç?nma Ölçe?i'nin (BKÖ) maddeleri yer almamaktad?r. Ölçek maddelerine ula?mak için yukar?da belirtilen yüksek lisans tezinin tamam?n?n incelenmesi gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM