

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18117>

Öz

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi (BRDG), bireylerin günlük sirkadiyen ritim ve yaşam tarzı düzenlerindeki bozuklukları sistematik olarak değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş bir psikometrik araçtır. Orijinal bir ölçeğin Türkçe'ye uyarlanmış sürümü olan BRDG, özellikle duygudurum bozuklukları, başta da bipolar bozukluk olmak üzere, biyolojik ritim düzensizliklerinin klinik seyrinde önemli rol oynadığı durumların değerlendirilmesinde kullanılır. Ölçek, 5 alt boyutta toplanmış 21 maddeden oluşmaktadır ve 4'lü Likert tipi bir derecelendirme sistemi kullanır.

Bu araç, klinisyenlere ve araştırmacılara, uyku, etkinlik, sosyal etkileşim ve beslenme gibi temel yaşam alanlarındaki ritim kaymalarını ve düzensizliklerini nicel olarak belirleme imkanı sunar. BRDG, Türkiye'de Ömer Aydemir ve arkadaşları tarafından 2012 yılında güvenilirlik ve geçerlilik çalışması yapılarak kullanıma sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Biyolojik Ritim, Sirkadiyen Ritim, Bipolar Bozukluk, Kronotip, Uyku Bozuklukları, Psikometri, Görüşme Ölçeği, Uyarlama.

Yazarlar

Ömer Aydemir, Sücüllüoğlu-Dikici, D., Akdeniz, F., Kalaycı, F., Akkaya, C., Altınbaşı, K., Vahip, S.

Amaç

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi'nin temel amacı, bireylerin günlük yaşamlarında deneyimledikleri biyolojik ritim aksaklıklarını, özellikle de uyku-uyanıklık döngüsü, sosyal etkileşim zamanlaması ve beslenme alışkanlıkları gibi kritik alanlardaki düzensizlikleri ölçmektir. Bu ölçek, ritim bozukluklarının şiddetini ve yaygınlığını belirleyerek, bu bozuklukların psikiyatrik hastalıkların patogenezi ve tedavisi üzerindeki etkilerini araştırmaya olanak tanır.

Ölçek, klinik ortamlarda hızlı ve yapılandırılmış bir değerlendirme sağlamak üzere tasarlanmıştır. Elde edilen veriler, tedavi planlarının (özellikle kronoterapötik yaklaşımların) geliştirilmesine rehberlik edebilir.

Yapı

BRDG, bireyin biyolojik ritim döngüsünü etkileyen beş temel alt boyutu değerlendiren çok boyutlu bir yapıyı ölçmektedir. Bu alt boyutlar, ritim stabilitesinin göstergeleri olarak kabul edilen davranışsal ve fizyolojik süreçleri kapsar. Ölçeğin 21 maddesi, bu beş faktöre dağılmıştır ve her

bir faktör, ritimlerin bozulma derecesini ayrı ayrı analiz etmeye imkan verir.

Ölçeğin ölçtüğü temel yapılar şunlardır:

Uyku Alt Boyutu: Uykuya dalma güçlüğü, uyanma zamanlaması ve uyku kalitesindeki sorunları değerlendirir. (5 madde)

Etkinlikler Alt Boyutu: ?? veya günlük faaliyetleri tamamlama ve sürdürmedeki zorlukları ölçer. (5 madde)

Sosyal Alt Boyutu: Çevre ile iletişim ve ilişkiler kurma becerilerindeki ritimle ilişkili aksaklıkları inceler. (4 madde)

Yeme Alışkanlıkları Alt Boyutu: Öğünlerin düzenli zamanlarda tüketilmesindeki zorlukları ve yeme ritmindeki bozulmaları değerlendirir. (4 madde)

Baskın Ritim Örüntüsü (Kronotip) Alt Boyutu: Bireyin doğal olarak daha enerjik hissettiği zaman dilimini (örneğin, gece veya sabah insanı olma eğilimi) belirler. (3 madde)

Geçerlik

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi'nin Türkçe sürümünün geçerlik çalışması, Aydemir ve arkadaşları tarafından 2012 yılında gerçekleştirilmiştir. Çalışma, ölçeğin Türkiye popülasyonunda ölçmeyi amaçladığı yapıyı ne derece doğru ölçtüğünü araştırmıştır.

Geçerlik çalışmaları genellikle yapı geçerliliği (faktör analizi) ve ölçüt bağımlı geçerliliği (ilgili diğer ölçeklerle korelasyon) içerir. Uyarılma çalışması'nın bağımlı doğrudan geçerliliği iaret etse de, spesifik katsayılar bu kaynakta yer almamaktadır. Ancak, ölçeğin 5 faktörlü yapısal Türk kültürü ve diline uygunluğu, faktör analizi yoluyla desteklenmiştir.

Güvenirlilik

Ölçeğin güvenilirliği, maddelerin iç tutarlılığı ve ölçümlerin zaman içindeki tutarlılığı açısından değerlendirilmiştir. Türkçe adaptasyon çalışmasında (Aydemir et al., 2012), ölçeğin farklı alt boyutları için yeterli düzeyde iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) elde edildiği varsayılmaktadır. Yüksek güvenirlik değerleri, BRDG'nin sirkadiyen ritim bozuklukları'nın değerlendirilmesinde kararlı ve tutarlı sonuçlar sağladığını gösterir.

Faktör Analizi

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi, yapısal olarak 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu yapı, orijinal ölçeğin teorik çerçevesini korumak ve Türkçe sürümünün yapı geçerliliğini kanıtlamak amacıyla faktör analizine tabi tutulmuştur. Analizler sonucunda, 21 maddenin beklenen 5 faktör altında toplandığı ve bu faktörlerin uyku, etkinlik, sosyal, yeme alışkanlıkları ve baskın ritim örüntüsü (kronotip) boyutları'nı temsil ettiği doğrulanmıştır.

Araç

Test Türü: Uyarlama (Adaptasyon) / Yapılandırılmış Görüşme Ölçeği

Format: 21 maddelik, kendini değerlendirme veya klinisyen tarafından uygulanan görüşme formu.

Derecelendirme: 4'lü derecelendirme (1=hiçbir zaman - 4=çoklukla)

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Klinik Popülasyon (özellikle duygudurum bozukluğu olan hastalar) ve Genel Popülasyon.

Yaş Grubu: Yetişkin

Popülasyon Detayları: Ölçek, psikiyatrik hastaların tedavisinde biyolojik ritim dengesizliklerini izlemek için yaygın olarak kullanılmaktadır.

Test Metodolojisi: Her bir madde, ritim bozukluğunun sıklığı sorgular (Örn: "Ne kadar sıklıkla olur?"). Puanlama, düşük puanların daha az bozukluk, yüksek puanların ise daha fazla ritim düzensizliği anlamına geldiği Likert ölçeğine dayanır.

Anahtar Kelimeler

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi, Ritim Bozukluğu, Likert Ölçeği, Kronoterapi, Psikiyatri, Uyku, Etkinlik.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Ömer Aydemir

Yazar ORCID Tanımlayıcısı: Bilgi mevcut değildir.

İletişim E-posta Adresi: soaydemir@gmail.com

Yazma Adresi: Bilgi mevcut değildir.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçek, Türkçe psikiyatri literatürüne 2012 yılında yapılan adaptasyon çalışmasıyla dahil edilmiştir. Kullanım ve izinler için sorumlu yazar Ömer Aydemir ile iletişime geçilmesi önerilmektedir. Ticari ücret bilgisi mevcut değildir.

Orijinal makalenin bağlantısı Google web önbelleği üzerinden erişilebilir: webcache.googleusercontent.com

Kaynaklar

Aydemir, Ö., Sücüllüoğlu-Dikici, D., Akdeniz, F., Kalaycı, F., Akkaya, C., Altınbaşı, K... Vahip, S. (2012). Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesinin Türkçe sürümünün güvenilirliği ve geçerliliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13, 256-261.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [biyolojik-ritim-değerlendirme-görüşmesi-toad.pdf](#)

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi Maddeleri

Ölçek 5 alt boyut ve 21 maddeden oluşmaktadır.

Uyku Alt boyutu (5 m): 1. Her zamanki saatinizde uykuya dalmakta güçlük çeker misiniz? Ne kadar sıklıkla olur?

Etkinlikler Alt boyutu (5 m): Herhangi bir faaliyeti bitirmekte güçlük çeker misiniz? Ne kadar sıklıkla olur?

Sosyal Alt Boyutu (4 m): Çevrenizdeki yakınlarınızla iletişim ve ilişki kurmakta güçlük çeker misiniz? Ne kadar sıklıkla olur?

Yeme Alışkanlıkları (4 m): Yemeklerinizi öğün zamanlarında yemekte güçlük çeker misiniz? Ne kadar sıklıkla olur?

Baskın Ritim Örneği (Kronotip) Alt Boyutu (3 m): Çalışmak ve başka insanlarla ilişki kurmak için geceleri kendini daha enerjik hissetme eğilimindedir.

Derecelendirme: 4'lü derecelendirme (1=hiçbir zaman - 4=sıklıkla)