

# Büyüme Korkusu Ölçeği (BKÖ)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Büyüme Korkusu Ölçeği (BKÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18276>

## Özet

Büyüme Korkusu Ölçeği (BKÖ), Nida Ate? ve M. S. Özden-Y?ld?r?m taraf?ndan 2018 y?l?nda geli?tirilm? bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, bireylerin ki?isel geli?im, de?i?im ve olgunla?ma süreçlerine kar?? duydukları kaygı, çekince ve korku düzeylerini ölçmek amacıyla tasarlanmıştır. BKÖ, bireyin potansiyelini gerçekle?tirmesini engelleyebilecek olan büyüme korkusu yap?sın?, geçerlilik ve güvenilirlik çal??malarıyla desteklenen çok boyutlu bir çerçevede de?erlendirmektedir. Ölçeğin geli?tirilmesi, Türk kültürüne özgü bağlamda büyüme korkusunun tanımlanmasına ve bu yap?nın akademik çal??malara dahil edilmesine önemli bir katkı sağlamıştır.

## Anahtar Kelimeler

Büyüme Korkusu, BKÖ, Ki?isel Geli?im, De?i?im Kaygısı, Psikolojik Ölçek, Geçerlilik, Güvenirlik

## Yazarlar

Nida Ate?, M. S. Özden-Y?ld?r?m

## Amaç

Büyüme Korkusu Ölçeği (BKÖ), bireylerin yaşam döngüleri boyunca kar??laştıkları gelişimsel görevler, sorumluluklar ve ki?isel ilerleme süreçleri kar??sında hissettikleri anksiyete ve korkuyu sistematik olarak ölçmek amacıyla geli?tirilmiştir. Ölçeğin temel amacı, bu korku yap?sının yoğunluğunu ve boyutlarını belirleyerek, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında bireylerin gelişim engellerinin anlaşılmasına ve müdahale programlarının tasarlanmasına yardımcı olmaktır. Ölçek, özellikle genç yetişkinlik döneminde yaşanan kimlik gelişimi ve gelecek kaygısı bağlamındaki büyüme engellerini tespit etmede kritik bir rol oynamaktadır.

## Yapı

Büyüme Korkusu (Fear of Growth), psikolojik literatürde, bireyin olgunlaşma, sorumluluk alma ve konfor alanından ç?kma süreçlerine kar?? gösterdiği direnç ve kaçınma davranışları olarak kavramsallaştırılmıştır. Ate? ve Özden-Y?ld?r?m (2018) taraf?ndan yapılan faktör analizi çal??maları sonucunda, BKÖ'nün büyüme korkusunun üç temel alt boyutunu ölçtüğü belirlenmiştir:

**De?i?im Korkusu:** Bireyin mevcut durumunu terk etme, belirsizliğe adım atma ve yaşamındaki radikal de?işikliklere kar?? duyduğu endişe.

**Sorumluluk Korkusu:** Büyümeyle birlikte gelen artan yükümlülükler, beklentiler ve baskılar karar alma zorunluluğundan kaçınma eğilimi.

**Gelecek Belirsizliği Korkusu:** Büyümenin getireceği bilinmeyen sonuçlara ve potansiyel başarısızlık risklerine odaklanarak duyulan kaygı.

Bu yapı, bireyin kendini gerçekleştirme potansiyelini kısıtlayan içsel bir engel olarak ele alınmaktadır.

## Geçerlik

BKÖ'nün geçerlik çalışmaları, ölçeğin teorik yapıya doğru bir şekilde ölçtüğünü göstermek üzere çeşitli analizlerle desteklenmiştir. Yapılan açkımlayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları, ölçeğin üç faktörlü yapıda Türk örnekleminde uyumlu olduğunu ortaya koymuştur. DFA sonuçlarında, uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu raporlanmıştır (örn., CFI, TLI, RMSEA değerleri). Ayrıca, ölçüt geçerliliği kapsamında, BKÖ puanlarının, gelecek kaygısı ve kaçınma davranışları ölçeği diğer ölçeklerle anlamlı ve pozitif yönde korelasyon gösterdiği belirlenmiştir. Bu bulgular, BKÖ'nün büyüme korkusu yapıda başarılı bir şekilde ölçtüğünü kanıtlamaktadır.

## Güvenirlik

Büyüme Korkusu Ölçeği'nin güvenilirlik analizleri, iç tutarlılık ve zamana bağlı kararlılık yöntemleriyle incelenmiştir. Ölçeğin genel iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa), yüksek düzeyde kabul edilebilir sınırlar içinde bulunmuştur (genellikle .90 civarında). Alt boyutlar bazında incelendiğinde de iç tutarlılık katsayıları tatmin edici düzeyde olduğu raporlanmıştır. Ayrıca, test-tekrar test güvenilirliği yönteminde, belirli bir zaman aralığı sonrasında elde edilen puanlar arasındaki korelasyonun yüksek olduğu saptanmıştır, bu da ölçeğin zaman içinde tutarlı sonuçlar verdiğini göstermektedir. Bu yüksek güvenilirlik değerleri, BKÖ'nün ölçüm hatasız ve düşük olduğu ve kararlı bir araç olduğunu ifade etmektedir.

## Faktör Analizi

Ölçeğin yapısal geçerliliğini belirlemek amacıyla yapılan faktör analizleri, BKÖ'nün 20 maddeden oluşan ve toplam varyansın önemli bir kısmını açıklayan üç faktörlü bir yapı sergilediğini ortaya koymuştur. Açkımlayıcı Faktör Analizi (AFA) sonucunda, maddelerin beklenen faktörlere yüksek yükler verdiği görülmüştür. Bu üç faktörlü model, teorik literatürle tutarlı bulunmuştur ve ölçeğin psikometrik özelliklerini güçlendirmiştir. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ise, bu üç faktörlü yapıda (Değişim Korkusu, Sorumluluk Korkusu, Gelecek Belirsizliği Korkusu) verilerle mükemmel düzeyde uyum sağladığını teyit etmiştir.

## Araç

**Test Türü: Geliştirme** (Özgün Ölçek Geliştirme Çalışması)

**Format: Likert Tipi Derecelendirme.** Ölçek maddeleri, genellikle 5'li veya 6'lı Likert tipi bir yanıt formatında sunulur (Örneğin: 1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum).

**Mevcut Dil: Türkçe**

**Popülasyon Grubu: Genel Yetkin Popülasyonu ve Üniversite Öğrencileri.** Ölçek, özellikle gelişimsel görevlerin yoğun olduğu genç yetkinler üzerinde test edilmiştir.

**Yaş Grubu: 18 Yaş ve Üzeri** (Genç Yetkinlik ve Yetkinlik Dönemi)

**Popülasyon Detayları:** Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden oluşan geniş bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir.

**Test Metodolojisi: Öz Bildirim Ölçeği.** Katılımcılar, kendilerini en iyi tanımlayan seçenekleri işaretleyerek yanıt vermektedirler.

## Anahtar Kelimeler

Büyüme Kaygısı, Gelişimsel Görevler, Öz-Yeterlik, Korku, Psikolojik Danışmanlık, Yetkinlik, Psikoloji

## Yazarlar

**Sorumlu Yazar:** Nida Ateş

**Yazar ORCID Tanımlayıcısı:** Mevcut değil.

**İletişim E-posta Adresi:** [n.ates@iku.edu.tr](mailto:n.ates@iku.edu.tr)

**Yayın Adresi:** İstanbul Kültür Üniversitesi (Çalışmanın yapıldığı dönemdeki kurumsal bilgi esas alınmıştır).

## Şinler, Ücret ve Test Yılı

**Test Yılı:** 2018 (Geliştirme ve ilk yayın yılı).

**Şinler ve Kullanım Ücreti:** Akademik ve araştırma amaçlı kullanımlar için genellikle yazarlardan izin alınması tavsiye edilir. Ticari kullanım ücreti bilgisi mevcut değildir.

**Kaynak Erişimi:** Ölçeğin geliştirme çalışması'nın tam metnine aşağıdaki linkten ulaşılabilir: [dergipark.org.tr](http://dergipark.org.tr).

Orijinal PDF dosyası buradan indirilebilir: [buyume-korkusu-olcegi-bko-toad.pdf](#)

## Kaynaklar

Ateş, N. ve Özden-Yıldırım, M. S. (2018). Büyüme Korkusu Ölçeği'nin (BKÖ) geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(24), 158-175. doi: 10.20875/makusobed.380022

## Büyüme Korkusu Ölçeği (BKÖ) Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Ölçeğin orijinal maddeleri kaynak içerikte sağlanmamıştır. Maddelerin tam listesi için lütfen yukarıda belirtilen akademik makaleye (Ateş & Özden-Yıldırım, 2018) başvurunuz.

ARABPSYCHOLOGY.COM