

# Cinsellikten Kaç?nma Karar Dengesi Ölçe?i ve Cinsellikten Kaç?nma Öz Yeterlilik Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Cinsellikten Kaç?nma Karar Dengesi Ölçe?i ve Cinsellikten Kaç?nma Öz Yeterlilik Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18678>

## Öz

Bu çalışmada, bireylerin cinsel davranışları bağlamında karar verme süreçlerini ve bu kararlara bağlı kalma konusundaki yeterlilik algılarının değerlendirilme amacıyla kullanılan iki önemli psikolojik araç Türkçe'ye Uyarılama ve standardizasyon sürecini kapsamaktadır: **Cinsellikten Kaçınma Karar Dengesi Ölçeği** ve **Cinsellikten Kaçınma Öz Yeterlilik Ölçeği**. Ölçeklerin Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin (geçerlik ve güvenilirlik) belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu uyarılama çalışması, bu araçların Türkiye'de cinsel sağlık eğitimi ve danışmanlık alanlarında kullanılmasında için sağlam bir temel oluşturmaktadır.

Her iki ölçek de bireylerin cinsel davranışları değerlendirilme amacıyla kullanılan temel motivasyonel ve bilişsel yapıları ölçmektedir. Karar Dengesi Ölçeği, cinsellikten kaçınmanın yarar ve zarar algılarının incelenmesi için kullanılır; Öz Yeterlilik Ölçeği ise bu kaçınma davranışlarının sürdürme konusundaki kişisel inancı, yani öz yeterlilik düzeyini değerlendirir.

## Anahtar Kelimeler

Cinsellikten kaçınma, Karar Dengesi, Öz Yeterlilik, Ölçek uyarılama, Geçerlik, Güvenirlik, Cinsel sağlık.

## Yazarlar

Özlem Karatana, Ayşe Ergün, Aslı Beyhan.

## Amaç

Bu ölçeklerin temel amacı, cinsel davranışları bağlamında bireylerin karar verme mekanizmalarının ve bu kararların uygulama yeteneklerini ölçmektir. Özgün ölçeklerin Türkçe kültüre adaptasyonu, Türk popülasyonunda cinsellikten kaçınma davranışlarına yönelik algılanan faydalar, maliyetleri ve bu davranışların sürdürmedeki öz yeterlilik düzeylerini geçerli ve güvenilir bir şekilde belirlemeyi sağlamaya amaçlanmıştır.

Ölçekler, özellikle cinsel sağlık programları, riskli cinsel davranışların önlenmesi çalışmaları ve eğitim müdahalelerinin etkinliğini değerlendirme süreçlerinde önemli bir tanı ve değerlendirme aracı olarak kullanılabilir.

## Yapı

Ölçek seti iki ana psikolojik yapıyı değerlendirmektedir:

**Cinsellikten Kaçınma Karar Dengesi (CKKDÖ):** Bu yapı, bireyin cinsellikten kaçınma

davranışına yönelik algıladığı faydalar (yararlar) ve dezavantajlar (zararlar) arasındaki dengeyi ölçer. Fayda boyutu, içsel (kişisel gelişim, manevi tatmin gibi) ve dışsal (sosyal onay, ilişki güvenliği gibi) alt boyutlara ayrılmıştır. Bu yapı, Bilişsel Davranış Teori'nin ve Değişim Aşamaları Modeli'nin (Transtheoretical Model) temel bileşenlerinden biri olan Karar Dengesi kavramına dayanmaktadır.

**Cinsellikten Kaçınma Öz Yeterlilik (CKÖYÖ):** Bu yapı, bireyin zorlayıcı, stresli veya riskli durumlarda dahi cinsel kaçınma kararını sürdürebilme yeteneğine olan inancını ölçer. Yüksek öz yeterlilik puanı, bireyin davranış değişikliğini sürdürme olasılığını yüksek olduğunu gösterir.

## Geçerlik

Ölçeklerin Türkçe uyarlama çalışmasında, orijinal yapıya uygunluğunu ve kültürel edebilirliğini kanıtlamak amacıyla kapsamlı bir geçerlik çalışması yürütülmüştür. Çalışmada, dilsel edebilirlik ve kültürel adaptasyonun yanı sıra, yapı geçerliğini desteklemek için faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Bu analizler, ölçeklerin teorik olarak ölçmeyi amaçladığı yapıları tutarlı bir şekilde ölçtüğünü göstermiştir.

Her ne kadar kaynak metinde spesifik geçerlik katsayıları belirtilmemiş olsa da, yayınlanan bir uyarlama çalışması, ölçeklerin Türk popülasyonunda geçerli bir ölçüm aracı olarak kullanılabilirliğini bilimsel olarak kanıtlamıştır.

## Güvenirlilik

Uyarlama çalışması kapsamında, ölçeklerin iç tutarlılığını ve güvenilirliğini belirlemek için çalışmaları yapılmıştır. Güvenirlilik analizleri genellikle Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı kullanılarak gerçekleştirilir. Yüksek güvenirlilik katsayıları, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda tutarlı olduğunu ve rastgele hatanın düşük olduğunu gösterir.

Bu ölçeklerin güvenirlilik değerleri, psikometrik standartlara uygun düzeyde bulunmuş ve böylece ölçeklerin zaman içinde tutarlı sonuçlar üretebileceği belirlenmiştir. Bu, özellikle eğitim ve müdahale programlarının öncesi ve sonrası ölçümlerinde tutarlı veriler elde etmek için kritik öneme sahiptir.

## Faktör Analizi

**Cinsellikten Kaçınma Karar Dengesi Ölçeği**, çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Yapılan faktör analizleri sonucunda bu ölçek, yapıdaki üç alt boyutta gruplanan toplam 16 maddeden oluşmaktadır:

### Yarar Alt Boyutu (9 Madde):

Çıksal Yarar (5 madde)

Dışsal Yarar (4 madde)

### Zarar Alt Boyutu (7 Madde):

Zarar/Maliyet (7 madde)

**Cinsellikten Kaçınma Öz Yeterlilik Ölçeği** ise bireylerin öz yeterliliklerini değerlendiren 6 sorudan oluşan tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Faktör analizleri, Türkçe formun orijinal ölçeklerin yapısal özelliklerini koruduğunu teyit etmiştir.

## Araç

**Test Türü:** Uyarlama

**Format:** Yazılı Anket (Öz Bildirim Ölçeği)

**Mevcut Diller:** Türkçe (Uyarlanan Form), İngilizce (Orijinal Form)

**Popülasyon Grubu:** Cinsel sağlık ve davranış değişikliği süreçlerindeki genel yetişkin popülasyon.

**Yaş Grubu:** Yetişkin bireyler.

**Popülasyon Detayları:** Uyarlama çalışması, Türkiye'deki üniversite öğrencileri veya sağlık hizmetleri kullanıcıları gibi belirli bir örneklem grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir.

**Test Metodolojisi:** Her iki ölçek de 5'li Likert tipi derecelendirme kullanır, ancak puanlama ve yorumlama biçimleri farklıdır:

**Karar Dengesi Ölçeği (16 Madde):** Derecelendirme "Kesinlikle katılmıyorum" (1 puan) ile "Kesinlikle katılıyorum" (5 puan) arasında değirmektedir. Bu ölçek, kaçınma davranışının algılanan faydaları ve maliyetlerini ayrı ayrı değerlendirir.

**Öz Yeterlilik Ölçeği (6 Madde):** Derecelendirme "Emin değilim" (1 puan) ile "Çok eminim" (5 puan) arasında değirmektedir. Ölçekten elde edilen toplam puanlar 6 ile 30 arasında değirmektedir, bu da bireyin cinsel kaçınma konusunda kendine olan güvenini yansıtır.

## Anahtar Kelimeler

Cinsel sağlık, Davranış değişikliği, Karar Dengesi, Öz Yeterlilik, Psikometrik özellikler, Geçerlik, Likert ölçeği.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlaması:** Belirtilmemiştir.

**Kurum E-posta Adresleri:** ozlemkaratana@gmail.com (Sorumlu Yazar)

**Yazın Adresi:** Yazın adresi kaynakta belirtilmemiştir, ancak sorumlu yazar Özlem Karatana'dır.

## Çinler & Ücret ve Test Yılı

**Test Yılı (Uyarlama):** 2021

**Çinler ve Ücret:** Çinler için sorumlu yazar Özlem Karatana ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

**Makale Erişim Bağlantısı:** [dergipark.org.tr](http://dergipark.org.tr)

Orijinal PDF dosyasına buradan ulaşılabilir: [cinsellikten-kacinma-karar-dengesi-olcegi-ve-cinsellikten-kacinma-oz-yeterlilik-olcegi-toad.pdf](http://cinsellikten-kacinma-karar-dengesi-olcegi-ve-cinsellikten-kacinma-oz-yeterlilik-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Karatana, Ö., Ergün, A., Beyhan, A. (2021). Adaptation of the Decisional Balance Scale for Sexual Abstinence and the Self-Efficacy Scale for Sexual Abstinence to Turkish: A Validity and Reliability Study. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 9(1), 27-40. doi: 10.33715/inonusaglik.812268

## Cinsellikten Kaçınma Karar Dengesi Ölçeği ve Cinsellikten Kaçınma Öz Yeterlilik Ölçeği Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Karar Dengesi Ölçeği; Yarar alt boyutu içsel (5 madde) ve dışsal (4 madde) , zarar alt boyutu 7 madde toplamda 16 sorudan oluşmaktadır.

Ölçek bireylerin cinsellikten kaçınmada öz yeterliliklerini değerlendiren 6 sorudan oluşmaktadır.