# Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19247

ARABPSYCHOLOGY.COM

## Özet

Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i (ÇBVAKOÖ), orijinal ad?yla Multidimensional Weight Locus of Control Scale (MWLCS), bireylerin vücut a??rl?klar?n? kontrol etme yeteneklerinin kayna??na dair sahip olduklar? alg?lar? ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçe?in Türkçe adaptasyonu (T-MWLCS), C.?. Kahraman ve N.Y. Ayhan taraf?ndan 2021 y?l?nda gerçekle?tirilmi?tir. Adaptasyon çal??mas?, farkl? Vücut Kitle ?ndeksi (VK?) gruplar?ndaki bireylerde ölçe?in geçerlik ve güvenirlik özelliklerini incelemeyi hedeflemi?tir. Ölçek, a??rl?k kontrolü davran??lar? ve sonuçlar? üzerindeki alg?lanan kontrolün çok boyutlu do?as?n? de?erlendirmek için kritik bir araç sunar.

## Anahtar Kelimeler

Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i, Kontrol Oda??, Vücut A??rl??? Kontrolü, Adaptasyon, Psikometri, VK?, T-MWLCS.

## Yazarlar

Ceren ?arahman Kahraman, N. Ye?im Ayhan

## Amaç

Ölçe?in temel amac?, bireylerin kendi vücut a??rl?klar?n? kontrol etme yeteneklerini ne ölçüde içsel (kendi çabalar?na ba?l?), d??sal (güçlü di?erlerine ba?l?) veya ?ansa ba?l? olarak alg?lad?klar?n? belirlemektir. Bu alg?lar, kilo verme veya kilo koruma programlar?na kat?l?m ve ba?ar? üzerinde önemli etkilere sahiptir.

Türkçe adaptasyon çal??mas?n?n özel amac? ise, orijinal ölçe?in multidimensional yap?s?n?n Türk kültürüne ve diline uygunlu?unu s?namak ve bu psikolojik yap?y? ölçmek için güvenilir ve geçerli bir araç sa?lamakt?r. Çal??ma, farkl? Vücut Kitle ?ndeksi (VK?) aral?klar?na sahip bireylerin bu alg?lar? nas?l farkl?la?t???n? incelemeye odaklanm??t?r.

## Yap?

ÇBVAKOÖ, sosyal ö?renme teorisine dayanan genel Kontrol Oda?? (Locus of Control) kavram?n?n a??rl?k yönetimine özelle?tirilmi? bir versiyonudur. Ölçek, genellikle üç temel boyutu ölçmektedir:

**?çsel Kontrol Oda?? (Internal Locus of Control):** Bireyin, vücut a??rl???n? kontrol etme ve yönetme sorumlulu?unun tamamen kendi davran??lar?, çabalar? ve kararlar? sonucunda ortaya ç?kt???na inanmas?.

ARABPSYCHOLOGY.COM

**D??sal Kontrol Oda?? - Güçlü Di?erleri (External Locus of Control - Powerful Others):** Bireyin, a??rl?k kontrolünün doktorlar, diyetisyenler veya aile gibi d??sal yetkili figürlerin talimatlar? ve yard?mlar? sonucunda gerçekle?ti?ine inanmas?.

**D??sal Kontrol Oda?? - ?ans/Kader (External Locus of Control - Chance):** Bireyin, a??rl?k de?i?imlerinin tamamen kader, ?ans veya kontrol edilemeyen çevresel faktörler taraf?ndan belirlendi?ine inanmas?.

## Geçerlik

Türkçe adaptasyon çal??mas?nda (Kahraman & Ayhan, 2021), ölçe?in yap?sal geçerlik özellikleri detayl? olarak incelenmi?tir. Orijinal ölçe?in faktör yap?s?n? koruyup korumad???n? belirlemek amac?yla genellikle Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?lm??t?r. DFA sonuçlar?, ölçe?in beklenen çok boyutlu yap?s?n? destekler nitelikte olmal?d?r.

Ayr?ca, ölçe?in di?er ilgili yap?larla (örne?in, yeme tutumu, öz yeterlilik, genel Kontrol Oda??) ili?kileri incelenerek ölçüt ba??nt?l? ve yak?nsak geçerlik kan?tlar? sunulmu?tur. Bu geçerlik kan?tlar?, T-MWLCS'nin Türk popülasyonunda a??rl?k kontrol alg?s?n? do?ru bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermektedir.

## Güvenirlik

Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i'nin güvenirlik analizleri, iç tutarl?l?k katsay?lar? (Cronbach Alfa) ile raporlanm??t?r. Kahraman ve Ayhan (2021) çal??mas?nda, ölçe?in alt boyutlar?n?n her biri için kabul edilebilir düzeyde yüksek iç tutarl?l?k de?erleri elde edilmi?tir (genellikle 0.70 ve üzeri).

Yüksek iç tutarl?l?k de?erleri, ölçe?in ayn? alt boyutu ölçen maddelerinin tutarl? sonuçlar üretti?ini ve bu nedenle T-MWLCS'nin Türk örnekleminde kararl? bir yap? sergiledi?ini göstermektedir. Bu, klinik ve ara?t?rma ortamlar?nda ölçe?in güvenle kullan?labilece?i anlam?na gelmektedir.

## Faktör Analizi

Adaptasyon sürecinde, ölçe?in yap?sal geçerli?ini test etmek amac?yla Faktör Analizi yöntemleri uygulanm??t?r. Orijinal MWLCS'nin üç faktörlü yap?s?n?n (?çsel, Güçlü Di?erleri, ?ans) Türkçe versiyonda da korunup korunmad??? incelenmi?tir.

Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) sonuçlar?, modelin veri ile uyumunun yeterli oldu?unu göstererek, Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i'nin Türk kültüründe de çok boyutlu yap?s?n? korudu?unu teyit etmi?tir. Bu analizler, ölçe?in teorik temellerini destekleyen güçlü psikometrik kan?tlar sunmaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

## Ölçme Arac?

**Test Türü:** Uyarlama (Adaptasyon)

**Format:** Likert Tipi Derecelendirme Ölçe?i (Orijinal ölçek genellikle 5 veya 6 puanl? Likert format?n? kullan?r.)

**Mevcut Diller:** Türkçe (Uyarlama), ?ngilizce (Orijinal)

**Popülasyon Grubu:** Yeti?kinler

**Ya? Grubu:** Belirtilmemi?, ancak genellikle 18 ya? ve üzeri.

**Popülasyon Detaylar?:** Adaptasyon çal??mas?, farkl? Vücut Kitle ?ndeksi kategorilerine (Normal, Fazla Kilolu, Obez) sahip bireyleri içermi?tir.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim ölçe?i. Bireyler, a??rl?k kontrolüne dair farkl? ifadelerle ne ölçüde hemfikir olduklar?n? belirtirler.

## Anahtar Kelimeler

Kontrol ?nanc?, Beden ?maj?, Kilo Yönetimi, Psikoloji, Sa?l?k Psikolojisi, Güvenirlik, Geçerlik.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?:** Yay?n makalesinde belirtilmemi?tir.

**Ba?l?l?k E-posta Adresi:** ceren.sarahman@alanya.edu.tr

**?leti?im Adresi:** Ceren ?arahman Kahraman (Sorumlu Yazar)

## ?zinler, Ücret ve Test Y?l?

**Test Y?l? (Adaptasyon):** 2021

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in kullan?m? için sorumlu yazar Ceren ?arahman Kahraman ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

**PDF ?ndirme:** Ölçe?in orijinal PDF belgesi, kaynak sitede mevcuttur. Orijinal PDF'e ?u adresten ula??labilir: cok-boyutlu-vucut-agirligi-kontrol-odagi-olcegi-toad.pdf

## Kaynaklar

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kahraman, C.?., & Ayhan, N.Y. (2021). Investigation of the psychometric properties of the Turkish version Multidimensional Weight Locus of Control Scale (T-MWLCS) in individuals with different body mass index. *Eat Weight Disord.* DOI: https://doi.org/10.1007/s40519-021-01328-9

Makale Linki: link.springer.com

## Çok Boyutlu Vücut A??rl??? Kontrol Oda?? Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek maddeleri, sa?lanan kaynak içerikte mevcut de?ildir. Maddelerin tam listesi için adaptasyon çal??mas?n?n (Kahraman & Ayhan, 2021) orijinal makalesine ba?vurulmal?d?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM