

# Framentle Bel A?r?s? Fark?ndal?k Ölçe?i (FreBAQ)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Framentle Bel A?r?s? Fark?ndal?k Ölçe?i (FreBAQ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21969>

## Özet

Framentle Bel A?r?s? Fark?ndal?k Ölçe?i (FreBAQ), bireylerin bel bölgeleriyle ilgili fark?ndal?k düzeylerini ölçmek amacıyla geli?tirilmis bir araç olan orijinal Framentle Back Awareness Questionnaire'in Türkçe'ye uyarlama çal??ması sonucunda ortaya ç?km??tır. Bu ölçek, özellikle kronik veya tekrarlayan bel a?r?s? ya?ayan bireylerin vücut fark?ndal??? ve hareket alg?s?n? de?erlendirmede kritik bir rol oynamaktadır. FreBAQ'n Türkçe kültürel adaptasyon ve çeviri çal??ması 2017 y?l?nda Adnan Menderes Üniversitesi 1. Uluslararası Sa?lık Bilimleri Kongresi'nde sunulmuştur. Ölçek, fizyoterapi ve rehabilitasyon alanlarında hastaların tedaviye yan?tıların ve vücut alg?s?ndaki de?işimleri takip etmek için önemli bir anket olarak kullanılmaktadır.

## Anahtar Kelimeler

FreBAQ, Framentle, Bel A?r?s? Fark?ndal???, Bel A?r?s?, Vücut Fark?ndal???, Kültürel Adaptasyon, Fizyoterapi, Rehabilitasyon, Psikometri.

## Yazarlar

Erol E., ?im?ek A., Y?ld?z R., Elbasan B.

## Amaç

Framentle Bel A?r?s? Fark?ndal?k Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin kendi bel omurgalarının pozisyonu, hareketleri ve genel durumu hakkındaki algısal farkındalıklarını nicel olarak ölçmektir. Bel a?r?s? yönetiminde, hastanın farkındalık düzeyi, motor kontrol ve a?r? algısı arasındaki ilişkiyi anlamak hayati önem taşır. Bu ölçek, bu bilişsel ve algısal bileşeni de?erlendirerek tedavi planlamasına rehberlik etmeyi hedefler.

Ölçe?in Türkçe'ye adaptasyon amacı ise, FreBAQ'n geçerli ve güvenilir bir Türkçe versiyonunu Türk popülasyonunda kullanıma sunmak, böylece uluslararası araştırmaların Türkiye'de de yürütülmesine olanak sağlamaktır. Bu sayede, bel a?r?s? ile ilişkili farkındalık düzeylerinin kültürel bağlamda incelenmesi mümkün hale gelmiştir.

## Yapı

FreBAQ'n ölçtüğü temel yapı, "Bel A?r?s? Fark?ndal???" (Back Awareness) olarak tanımlanır. Bu yapı, bireyin belinin hareketini, duruşunu ve pozisyonunu, özellikle de a?rılı durumlarla ilişkili olarak ne kadar doğru ve bilinçli bir şekilde algıladığını kapsar. Düşük farkındalık düzeyleri, motor kontrol bozuklukları ve kronik a?r? döngüsünün devam etmesiyle ilişkilendirilmektedir.

Ölçek, bireyin belini nas?l hissetti?i, hareket ettirdi?i ve günlük aktiviteler s?ras?nda beline ne kadar dikkat etti?i gibi öznel deneyimleri sorgular. Bu fark?ndal?k, a?r? ?iddetinden ba??ms?z olarak, vücudun alg?lanan ?emas? ve motor kontrol yetene?i aç?s?ndan önemli bir psikometrik özellikler sunar.

## Geçerlik

Orijinal kaynakta FreBAQ'n Türkçe adaptasyon çal??mas?na dair spesifik geçerlik katsay?lar? veya detayl? analiz sonuçlar? sunulmam??t?r. Ancak, bir ölçe?in uyarlama sürecinde, yap? geçerli?i (faktör yap?s?n?n orijinal ölçekle tutarlıl???) ve ölçüt ba??ml? geçerli?i (di?er ilgili a?r? ve fonksiyonel durum ölçekleriyle korelasyonu) gibi standart geçerlik analizlerinin gerçekleştirilmesi beklenmektedir. Bu analizler, ölçe?in gerçekten ölçmeyi amaçlad??? yap?y? ölçtü?ünü do?rular.

## Güvenirlik

Benzer ?ekilde, kaynakta FreBAQ'n Türkçe formuna ait spesifik güvenilirlik de?erleri (örne?in, Cronbach Alfa iç tutarlıl?k katsay?s? veya test-tekrar test güvenilirli?) belirtilmemi?tir. Uyarlama çal??malar?nda, iç tutarlıl??n, maddelerin ayn? yap?y? ne kadar iyi temsil etti?ini göstermesi aç?s?ndan yüksek olmas? beklenir. Güvenilirlik, ölçe?in farklı zamanlarda veya farklı uygulay?c?lar tarafından uyguland???nda tutarlı sonuçlar verme yetene?ini gösterir.

## Faktör Analizi

Framentle Bel A?r?s? Fark?ndal?k Ölçe?i'nin orijinal yap?s? genellikle tek boyutlu bir yap?y? desteklemektedir, fark?ndal??? genel bir skor üzerinden de?erlendirir. Türkçe adaptasyon çal??mas?nda da, ölçe?in kültürel adaptasyon sürecinde do?rulay?c? faktör analizi (DFA) veya aç?mlay?c? faktör analizi (AFA) kullan?larak, Türkçe formunun madde yüklerinin ve faktör yap?s?n?n orijinal ölçekle uyumlu olup olmad???n?n test edilmesi gerekmektedir. Bu analizler, çevirinin ve kültürel de?i?ikliklerin ölçe?in yap?s?sal bütünlü?ünü bozmad???n? kan?tlar.

## Araç

**Test Türü:** Uyarlama (Adaptasyon) / Öz Bildirim Anket

**Format:** Likert Tipi Derecelendirme (Orijinal ölçe?in format?na ba?l? olarak, genellikle 6 veya 7 basamaklı Likert tipi bir format beklenir. Kaynakta derecelendirme bilgisi eksiktir.)

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

**Popülasyon Grubu:** Kronik veya Tekrarlayan Bel A?r?s? Olan Bireyler

**Ya? Grubu:** Yeti?kinler

**Popölasyon Detaylar?:** Fizyoterapi ve rehabilitasyon kliniklerine ba?vuran, bel a?r?s? ?ikayeti olan hastalar.

**Test Metodolojisi:** Ölçek, bireyin kendi vücut alg?s? ve beline yönelik dikkat düzeyini ölçen bir dizi ifadeden olu?ur. Kat?l?mc?lar, her bir ifadeye ne kadar kat?ld?klar?n? belirtilen derecelendirme aral???nda i?aretler. Yüksek skorlar, daha yüksek bel fark?ndal???na i?aret eder.

## Anahtar Kelimeler

Fizyoterapi, Psikometri, Vücut ?emas?, Kronik A?r?, Adaptasyon, Anket, Bili?sel De?erlendirme.

## Yazarlar

**Sorumlu Yazar:** Bülent Elbasan

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?:** Bilgi mevcut de?ildir.

**Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri:** [bulentelbasan@gazi.edu.tr](mailto:bulentelbasan@gazi.edu.tr)

**Yaz??ma Adresi:** Bülent Elbasan (Gazi Üniversitesi, Sa?l?k Bilimleri Faköltesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye - Çal??man?n sunuldu?u tarihteki varsay?lan adres).

## ?zinler, Ücret ve Test Y?l?

**?zinler:** Ölçe?in kullan?m? için orijinal geli?tiricilerin ve adaptasyon çal??mas?n? yapan yazarlar?n izinlerinin al?nmas? gerekmektedir.

**Ücret:** Ölçek kullan?m ücreti ve ticari haklar hakk?nda bilgi mevcut de?ildir; genellikle akademik ve klinik kullan?m için ücretsizdir, ancak adaptasyon yazar? ile ileti?ime geçilmesi önerilir.

**Test Y?l?:** Adaptasyon çal??mas?n?n sunuldu?u y?l 2017'dir.

Orijinal PDF, adaptasyon çal??mas?n?n sunum özetine ait olup, buradan indirilebilir:  
[fragmentle-back-awareness-questionnaire-anketi-frebaq-toad.pdf](#)

## Kaynaklar

Erol, E., ?im?ek, A., Y?ld?z, R.,& Elbasan, B. (2017). *Framentle Back Awareness Questionnaire Anketinin Türkçe'ye çevirisi ve kültürel adaptasyonu*. Adnan Menderes Üniversitesi 1. Uluslararası Sa?l?k Bilimleri Kongresi, içinde (ss. 360). Aydn: Adnan Menderes Üniversitesi.

## Framentle Bel A?r?s? Fark?ndal?k Ölçe?i (FreBAQ) Maddeleri

**ÖNEMLİ:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir. Ölçek maddeleri kaynak içerikte sa?lanmad???ndan, bu k?s?m bo? b?rak?lm???r.

Ölçek maddeleri, sunulan kaynak içerikte aç?kça listelenmemi?tir. Maddelerin tam listesi için adaptasyon çal???mas?n?n tam metnine veya sorumlu yazara ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM