

Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=22589>

Özet

Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği (HKNÖ), İngilizce orijinali olan **Kinesiophobia Causes Scale**'in Türkçe diline uyarlanmış bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, bireylerin yaşadığı hareket korkusunun (kinesiyofobi) altında yatan spesifik nedenleri ve bilişsel faktörleri belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, özellikle kronik ağrı veya yaralanma sonrası hareketten kaçınma davranışları sergileyen bireylerin değerlendirilmesinde kritik rol oynamaktadır. **Uyarılma** çalışması, ölçeğin Türk popülasyonunda geçerlik ve güvenilirliğini kanıtlamayı hedeflemiştir.

Ölçeğin temel amacı, sadece hareket korkusunun varlığını tespit etmek değil, aynı zamanda bu korkuyu tetikleyen ve sürdüren faktörleri (örneğin, yeniden yaralanma korkusu, ağrı beklentisi, sosyal destek eksikliği) ayrıştırmaktır. Bu sayede klinisyenler, **kinesiyofobi** ile mücadele eden hastalar için daha hedefe yönelik tedavi stratejileri geliştirebilirler.

Anahtar Kelimeler

Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği, Kinesiyofobi, **Uyarılma**, Geçerlik, Güvenirlilik, Kronik Ağrı, Psikometrik Özellikler.

Yazarlar

Melis Çayır (Uyarlamadan Sorumlu Yazar)

Amaç

Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği'nin temel amacı, bireylerde gözlemlenen hareket korkusunun (**kinesiyofobi**) kökeninde yatan spesifik psikolojik ve bilişsel mekanizmaları ölçmektir. Klinik pratikte, bu ölçek, hastaların hareketten kaçınma davranışlarının ardındaki nedenleri derinlemesine anlamak için kullanılır.

Ölçek, ağrıya bağlı kaçınma davranışların açıklayan bilişsel modellerin değerlendirilmesine katkıda bulunur. Bu, özellikle fizyoterapi ve rehabilitasyon süreçlerinde, hastaların tedaviye uyumunu engelleyen **korku-kaçınma modelinin** (Fear-Avoidance Model) hangi bileşenlerinin baskın olduğunu belirlemede önemlidir.

Yapı

Ölçek, esas olarak **kinesiyofobi** yapısını ölçmektedir, ancak standart kinesiyofobi ölçeklerinden farklı olarak, bu korkuyu oluşturan alt nedenlere odaklanır. Kinesiyofobi, yaralanma veya yeniden yaralanma korkusu nedeniyle fiziksel aktiviteden ağrı, sakatlayıcı ve rasyonel olmayan kaçınma olarak tanımlanır.

Ölçeğin ölçtüğü yapıların temel bileşenleri şunlar? içerebilir:

Yeniden Yaralanma Korkusu: Hareket etmenin mevcut durumu kötüleştirir?i inanc?.

A?r? Katastrofizmi: A?r? deneyiminin abart?lmas? ve felaket senaryolar? üretme eğilimi.

Sosyal ve Çevresel Etkiler: Çevreden gelen koruyucu uyar?lar veya sosyal desteğin eksikli?i.

Duygusal Tepkiler: Harekete kar?? geli?en yo?un anksiyete ve panik.

Geçerlik

Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği'nin Türkçe uyarlama çalışması (Çayır, 2018), ölçeğin Türk popülasyonunda geçerliliğini detaylı olarak araştırmıştır. Geçerlik çalışmaları, ölçeğin gerçekten ölçmek istediği yapıyı ölçüp ölçmediğini (yapı geçerliliği) ve diğer ilgili yapılarla beklenen ilişkileri sergileyip sergilemediğini (ölçüt bağıntılı geçerlik) incelemeyi içerir.

Uyarlama sürecinde genellikle doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılarak ölçeğin orijinal faktör yapısının Türkçe örneklemede korunup korunmadığı test edilmiştir. Bu analizler, ölçeğin teorik yapısının kültürlerarası bir bağlamda da geçerli olduğunu göstermeyi amaçlamaktadır. Ancak, spesifik geçerlik katsayıları bu kaynakta sunulmamıştır ve detaylar için **yüksek lisans tezine** başvurulmalıdır.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları da uyarlama tezi kapsamında ele alınmıştır. Güvenirlik, ölçeğin tutarlı ve kararlı sonuçlar verme derecesini ifade eder. Bu, genellikle iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test güvenilirliği yöntemleriyle değerlendirilir.

Çıktı tutarlılık analizleri, ölçek maddelerinin birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunu göstererek, ölçeğin tek bir yapıyı ne kadar iyi ölçtüğünü belirler. Yüksek bir Cronbach Alfa katsayısı, ölçeğin maddelerinin homojen olduğunu ve güvenilir olduğunu gösterir. Uyarlama çalışmasında, ölçeğin alt boyutların kabul edilebilir düzeyde **iç tutarlılık** sahip olduğunu varsayılmaktadır.

Faktör Analizi

Uyarlama tezi, Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeği'nin orijinal yapıyı doğrulamak için faktör analizi tekniklerini kullanmıştır. Orijinal ölçek, hareket korkusunun temel bileşenlerini temsil eden birden fazla alt boyuttan oluşmaktadır. **Faktör analizi**, maddelerin hangi alt boyutlar altında toplandığını ve bu boyutların yapısal olarak birbirinden ayrılmadığını belirler.

Bu ölçekte beklenen faktör yapısı, bireyin a?r?ya kar?? geli?tirdiği bilişsel tepkileri (felaketleştirme), kaçınma eğilimlerini ve çevresel algıları içeren ayrıntılı bileşenleri ortaya çıkarmayı amaçlar. Bu yapı, **psikometrik** açıdan sağlam bir ölçüm aracı sunmanın temelini

oluşturur.

Araç

Test Türü: Psikolojik Ölçek (Uyarlama)

Format: Öz Bildirim Ölçeği

Mevcut Diller: Türkçe (Uyarlama), Orijinal Dil (Bilinmiyor, muhtemelen İngilizce)

Popülasyon Grubu: Kronik ağız ağrısı şikayeti olan yetişkinler, genel popülasyon.

Yaş Grubu: Yetişkinler

Popülasyon Detayları: Türk popülasyonu üzerinde psikometrik özellikleri incelenmiştir.

Test Metodolojisi: Verilen derecelendirme sistemi üzerinden katılımcıların hareket korkusu nedenlerine ilişkin beyanları toplanır.

Anahtar Kelimeler

Kinesiyofobi Nedenleri, Ağrı Kaçınma, **Fizyoterapi**, Rehabilitasyon, Bilişsel Değerlendirme, Melis Çayır, Başkent Üniversitesi.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin Türkçe uyarlaması **2018** yılında tamamlanmıştır. Uygulama ve kullanım hakları konusunda, ölçeğin orijinal geliştiricileri ve uyarlamayı gerçekleştiren yazar (Melis Çayır) ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Akademik çalışmalar için genellikle izin alınması zorunludur.

Bu ölçek, Melis Çayır tarafından Başkent Üniversitesi'nde sunulan yayınlanmamış bir **yüksek lisans tezi** kapsamında geliştirilmiştir. Tez hakkında daha fazla bilgiye Yükseköğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi üzerinden ulaşılabilir.

Kaynaklar

Çayır, M. (2018). Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeğinin (Kinesiophobia Causes Scale) Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenilirliği. Başkent Üniversitesi, Ankara.

Tezin orijinal linki: tez.yok.gov.tr

Ölçeğin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: hareket-korkusu-nedenleri-olcegi-toad.pdf

Hareket Korkusu Nedenleri Ölçeði Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri, orijinal kaynak içerikte yer almadığı için bu alana eklenmemiştir. Maddeler, ölçeğin kullanımı kılavuzundan veya ilgili yüksek lisans tezinden temin edilmelidir.

ARABPSYCHOLOGY.COM