

Kas? Olma Dürtüsü Ölçe?i (KODÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Kas? Olma Dürtüsü Ölçe?i (KODÖ)*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=24461>

Özet

Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği (KODÖ), bireylerin kaslı bir vücuda sahip olma yönündeki yoğun arzu ve dürtülerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir psikolojik ölçüm aracıdır. Bu ölçeğin Türkçe uyarlaması Kerim Selvi ve Ömer Bozo tarafından 2019 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçek, kaslı olmaya yönelik tutumlar, antrenman davranışları ve yeme/takviye kullanımı gibi ilgili davranışsal ve bilişsel bileşenleri kapsamaktadır.

Yapılan psikometrik analizler, KODÖ'nün Türkçe formunun yüksek düzeyde iç tutarlılığına sahip olduğunu ve geçerlik kriterlerini başarıyla karşıladığını göstermiştir. Ölçek, özellikle beden imajı, öz-saygı ve vücut memnuniyetsizliği alanlarında yapılan araştırmalar için değerli bir araç sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Kaslı olma dürtüsü, beden imajı, öz-saygı, geçerlik, güvenilirlik, uyarlama, KODÖ, vücut algısı.

Yazarlar

Kerim Selvi, Ömer Bozo

Amaç

Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği'nin temel amacı, İngilizce orijinal formu bulunan ölçeği Türk kültürüne ve diline uyarlayarak, Türk popülasyonunda kaslı olma yönündeki psikolojik dürtülerin güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçülmesini sağlamaktır. Bu sayede, beden memnuniyetsizliği ve kas geliştirme davranışları arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara katkıda bulunulması hedeflenmiştir.

Ölçek, klinik ve akademik ortamlarda, özellikle erkeklerde yaygın olan kaslı vücut idealine ulaşma baskısının ve bununla ilişkili olası riskli davranışların (ağır antrenman, yasadışı takviye kullanımı) değerlendirilmesinde kullanılmak üzere tasarlanmıştır.

Yapı

KODÖ, bireyin kaslı bir görünüme sahip olma isteğinin yoğunluğunu ve bu isteği gerçekleştirmek için sergilediği davranışları ölçen çok boyutlu bir yapıyı temsil eder. Bu yapı, genellikle beden dismorfik bozukluğu spektrumunun bir parçası olarak kabul edilen ve kas dismorfisi ile yakından ilişkili olan bir kavramdır.

Ölçek, Türkçe uyarlamasında ortaya çıkan faktör yapısı itibarıyla üç ana alt boyutta incelenir:

Kaslı Olmaya Yönelik Tutumlar (Bilişsel ve duygusal bileşenler).

Kaslı Olmaya Yönelik Antrenman Davranışları (Aşırı kaldırma ve egzersiz rutinleri).

Kaslı Olmaya Yönelik Yeme ve Takviye Kullanımı (Protein tozları, kilo aldırıcılar vb. kullanımı).

Geçerlik

KODÖ'nün Türkçe uyarlamasının geçerlik çalışmaları, birleşen ve ayrıştırmacı geçerlik analizleri ile desteklenmiştir.

Birleşen Geçerlik (Convergent Validity)

Ölçeğin alt faktörleri ile kaslı vücut idealinin içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, beden memnuniyetsizliği ve öz-saygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak güçlü ve anlamlı ilişkiler (ilişkiler) gözlenmiştir. Bu bulgular, KODÖ'nün teorik olarak ilişkili olması beklenen yapılarla aynı yönde ölçüm yaptığını kanıtlamaktadır.

Ayrıştırmacı Geçerlik (Discriminant Validity)

Alt faktörler ile ince/düşük yaşı vücut idealinin içselleştirilmesi düzeyi arasında zayıf ilişkiler saptanmıştır. Bu zayıf ilişki, ölçeğin kaslılık dürtüsünü, zayıflık veya diyet dürtüsünden bağırsız bir şekilde ayrıştırmayı göstermektedir, bu da ölçeğin yapısal özgünlüğünü destekler.

Güvenirlilik

Ölçeğin iç tutarlılığı, Cronbach alfa katsayısı kullanılarak değerlendirilmiştir. Elde edilen katsayılar, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir:

Tüm ölçek için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı: **.89**

Kaslı Olmaya Yönelik Tutumlar faktörü için: **.90**

Kaslı Olmaya Yönelik Antrenman Davranışları faktörü için: **.71**

Kaslı Olmaya Yönelik Yeme ve Takviye Kullanımı faktörü için: **.79**

Özellikle ana ölçek ve tutumlar faktöründeki yüksek katsayılar, ölçeğin tutarlı ve güvenilir ölçümler sağladığını teyit etmektedir.

Faktör Analizi

KODÖ'nün Türkçe uyarlaması için yapılan faktör analizi (orijinal ölçek yapısının temel olarak), ölçeğin üç faktörlü yapısının Türk örneğinde de geçerli olduğunu ortaya koymuştur. Bu faktörler, kaslı olmaya yönelik tutumlar, antrenman davranışları ve yeme/takviye kullanımı

şeklinde ayrılmaktadır. Bu üç faktörlü yapı, kaslılık dürtüsünün sadece bilişsel bir arzu olmaktan öte, belirgin davranışsal sonuçları olan karmaşık bir yapı olduğunu göstermektedir.

Faktör yükleri ve model uyum indeksleri, ölçeğin yapısal geçerliliğini destekler nitelikte bulunmuştur. Bu faktör ayrımı, araştırmacıların kaslılık dürtüsünün farklı bileşenlerini ayrı ayrı incelemesine olanak tanır.

Araç

Test Çeşidi: Uyarılma

Format: 6'lı Likert tipi derecelendirme (1 = hiçbir zaman, 6 = her zaman)

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon (Özellikle genç yetişkinler ve sporla ilgilenen bireyler)

Yaş Grubu: Belirtilmemiştir (Genellikle 18 yaş ve üzeri)

Popülasyon Detayları: Uyarılma çalışması için kullanılan örneklem detayları kaynakta tam olarak belirtilmemiştir, ancak psikometrik özellikler Türk kültürüne uygun olarak test edilmiştir.

Test Metodolojisi: Öz bildirim envanteri

Anahtar Kelimeler

Psikolojik ölçüm, vücut algısı, takviye kullanımı, Likert ölçeği, vücut memnuniyetsizliği, beden dismorfisi.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Kerim Selvi

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Bilgi mevcut değildir.

İletişim E-posta Adresi: selvikerim@gmail.com

Yazın Adresi: Bilgi mevcut değildir.

Şartlar, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı: 2019 (Uyarılma çalışması yayın yılı)

Şzinler ve Ücret: Ölçeğin kullanımı için izin ve olası ücret bilgileri hakkında sorumlu yazar Kerim Selvi ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

Kaynaklar

Selvi, K. ve Bozo, Ö. (2019). Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Nesne*, 7(14), 68-82. doi: 10.7816/nesne-07-14-05

Makalenin orijinal PDF bağlantısı: nesnedergisi.com

Ölçeğin orijinal PDF'si buradan indirilebilir: kasli-olma-durtusu-olcegi-kodo-toad.pdf

Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği (KODÖ) Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmuştur ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Daha kaslı olmayı dilerdim.

Kas geliştirmek için ağırlık kaldırıyorum.

Kilo aldımı veya protein içeren karışımlar içerim