

Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=24653>

Özet

Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği (IWQOL-Lite) Türkçe versiyonu, bireylerin vücut ağırlıklarının günlük yaşamları ve psikososyal iyi olmaları üzerindeki etkilerini ölçmek amacıyla adapte edilmiş bir psikometrik araçtır. Bu ölçeğin Türkçe uyarlama ve psikometrik değerlendirme çalışması Necmiye Çömlekçi tarafından 2011 yılında yüksek lisans tezi kapsamında gerçekleştirilmiştir. Ölçek, 5 alt boyut ve toplam 31 maddeden oluşmakta olup, obezite ile ilişkili yaşam kalitesi düzeyünü çok boyutlu olarak incelemektedir.

Ölçeğin psikometrik özellikleri, hem yapı geçerlik hem de güvenirlik analizleri yoluyla detaylıca incelenmiştir. Yapılan analizler, Türkçe versiyonunun orijinal ölçeğin yapısal bütünlüğünü koruduğunu ve klinik popülasyonlarda kullanıma uygun yüksek düzeyde güvenilir bir araç olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler

Obezite, Kilo, Yaşam Kalitesi, IWQOL-Lite, Psikometri, Uyarılma, Güvenirlik, Faktör Analizi.

Yazarlar

Necmiye Çömlekçi

Amaç

Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği (IWQOL-Lite) Türkçe versiyonunun temel amacı, bireylerin vücut ağırlıkları (özellikle fazla kilo veya obezitenin) yaşam kalitesinin çeşitli boyutları üzerindeki olumsuz etkilerini standardize edilmiş ve güvenilir bir şekilde ölçmektir. Bu ölçek, özellikle obezite tedavisi gören veya kilo yönetimi süreçlerinde olan bireylerin yaşam kalitesindeki değişimleri izlemek için tasarlanmıştır.

Ölçek, sadece fiziksel etkiler değil, aynı zamanda kilonun yol açtığı psikolojik sorunlar, sosyal damgalanma ve özgüven eksikliği de değerlendirerek, kilonun yarattığı yükün kapsamlı bir resmini sunmayı hedefler. Elde edilen veriler, tedavi planlarının bireyselleştirilmesine ve psikososyal destek stratejilerinin geliştirilmesine olanak tanır.

Yapı/Kavram

IWQOL-Lite, kilonun bireylerin subjektif iyi olmaları ve işlevsellikleri üzerindeki çok boyutlu etkilerini ölçen bir yapıya temel alır. Ölçek, kilonun neden olduğu rahatsızlıkların beş ana alt boyutta ele alınır. Bu alt boyutlar, bireyin sosyal, fiziksel ve psikolojik alanlardaki deneyimlerini temsil etmektedir.

Ölçek, 31 maddeden oluşur ve aşağıdaki 5 alt boyutu ölçer:

Bedensel İhtiyaçlar: Kilonun fiziksel hareketler ve günlük ihtiyaçlar üzerindeki etkisini ölçer (Örn: eylem, nesne kaldırma).

Özgüven: Kilonun benlik algısı, utangaçlık ve genel kendine güven üzerindeki negatif etkilerini değerlendirir.

Cinsel Yaşam: Kilonun cinsel isteklilik ve cinsel ihtiyaç üzerindeki algılanan etkilerini inceler.

Toplum Baskısı: Bireyin kilosu nedeniyle sosyal ortamlarda veya dar alanlarda yaşadığı endişe, damgalanma veya baskı hislerini ölçer.

İş: Kilonun iş yerindeki üretkenlik, performans ve mesleki yeterlilik üzerindeki algılanan etkilerini değerlendirir.

Geçerlik

Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla kapsamlı istatistiksel analizler uygulanmıştır. Yapı geçerliliği, ölçek maddelerinin kuramsal olarak amaçlanan kavram veya kavramlar ölçüp ölçmediğini sayısal olarak ortaya koyan kritik bir süreçtir. Bu amaçla hem Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) hem de Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA), ölçeğin teorik yapısının (5 alt boyutlu yapının) Türk örneğinde de doğrulandığını göstermek üzere uygulanmıştır. DFA için örneklem büyüklüğü yeterli, her bir parametre için en az 5 cevap olacak şekilde belirlenmiştir (Hair ve ark. 2009). Bu çerçevede, DFA tüm örneklem grubuna (n=409) uygulanmıştır. Faktör yapıları belirlenmesinde, maddelerin faktör yüklerinin 0,4 ve üzerinde olması temel kriter olarak alınmıştır. AFA, poliklinik grubu ve tüm örneklem grubu olmak üzere iki ayrı grup üzerinde uygulanarak faktör yapısının tutarlılığı incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, ölçeğin yapısal geçerliliğinin güçlü olduğunu desteklemektedir.

Güvenirlilik

IWQOL-Lite ölçeğinin güvenilirliği, iç tutarlılık, madde-toplam korelasyonu ve zamana karşı değişmezlik (test-tekrar test) yöntemleriyle değerlendirilmiştir. İç tutarlılık, maddelerin aynı yapıyı ne kadar tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösteren Cronbach's Alpha katsayısı ile incelenmiştir. Güvenirlilik değerlendirmesinde kullanılan kriterler (Özdamar 2004) şunlardır:

$0,00 \leq \alpha < 0,40$: Ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha < 0,60$: Ölçek düşük güvenilirliktedir.

$0,60 \leq \alpha < 0,80$: Ölçek oldukça güvenilirlidir.

$0,80 \leq \alpha < 1,00$: Ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir.

Madde-Toplam Korelasyonu analizi, ölçek maddeleri ile testin genel toplam puanı arasındaki

ilişkiyi incelemiştir. Pozitif ve yüksek korelasyon değerleri, maddelerin benzer davranışları örneklediğini ve testin **ic tutarlılığını** yüksek olduğunu gösterir (Büyüköztürk 2007). Ayrıca, ölçeğin zamana karşı kararlılığını test etmek amacıyla **test-tekrar test korelasyonu** yöntemi de kullanılarak güvenilirliği pekiştirilmiştir.

Faktör Analizi

Türkçe IWQOL-Lite versiyonunun faktör yapısını ortaya koymak için hem Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) hem de Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. AFA, ölçeğin maddelerinin kaç farklı faktör altında toplandığını keşfetmek amacıyla uygulanmıştır. AFA, iki farklı örneklem grubu (poliklinik hastalar ve genel örneklem) üzerinde ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir.

DFA ise, uluslararası alanda kabul görmüş olan 5 faktörlü yapının Türk kültürüne uyarlanmış versiyonunda da geçerli olup olmadığını test etmek amacıyla tüm örneklem grubuna (N=409) uygulanmıştır. DFA'nın başarılı bir şekilde uygulanabilmesi için gerekli olan örneklem büyüklüğü koşulu (değişken sayısı en az 5 katı) sağlanmıştır. Faktör analizleri sonucunda, maddelerin ilgili faktörlere yüklenme değerlerinin **0,40** ve üzerinde olması, maddelerin faktör yapısına güçlü katkı sağladığını göstermiştir.

Araç

Test Type: Uyarlama Ölçeği

Format: Çok Boyutlu Öz Bildirim Ölçeği

Language Available: Türkçe (Orijinali İngilizce)

Population Group: Yetişkinler, özellikle fazla kilolu ve obez bireyler.

Age Group: Belirtilmemiş (Yetişkin popülasyon).

Population Details: Tez çalışmasında kullanılan örneklem büyüklüğü N=409'dur. Bu örneklem grubu poliklinik hastalar da içermektedir.

Test Methodology: 31 maddelik 5'li Likert tipi derecelendirme. Yanıtlar, 1=hiçbir zaman doğru değil'den 5=her zaman doğru'ya kadar puanlanır.

Anahtar Kelimeler

Obezite, Kilo Yönetimi, Yaşam Kalitesi, Psikososyal Etki, Faktör Analizi, Psikometri, Özgüven.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor

Affiliation Email addresses: necmiye_85@hotmail.com

Correspondence Address: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü (Çalışmanın yapıldığı kurum).

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı (Uyarlama): 2011

Şinler ve Ücret: İletişim bilgileri sorumlu yazar Necmiye Çömlekçi'ye aittir. Kullanım izni ve ücret bilgileri için yazarla iletişime geçilmesi gerekmektedir. Ölçek, yüksek lisans tezi kapsamında geliştirilmiştir. Tez kaydına YÖK Ulusal Tez Merkezi üzerinden erişilebilir: tez.yok.gov.tr

Ölçeğin orijinal PDF belgesine buradan ulaşılabilir: kilonun-yasam-kalitesi-uzerine-etkisi-olcegi-impact-of-weight-on-quality-of-life-lite-toad.pdf

Kaynaklar

Çömlekçi, N. (2011). *Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği (Iwqol-Lite) Türkçe versiyonunun psikometrik değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Pegem A Yayıncılık.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2009). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Prentice Hall.

Özdamar, K. (2004). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi*. Kaan Kitabevi.

Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği Maddeleri

Ölçek 5 alt grup ve 31 maddeden oluşmaktadır. Derecelendirme, 5'li Likert tipi olup (1=hiçbir zaman doğru değil, 2=nadiren doğru, 3= bazen doğru, 4= genellikle doğru, 5= her zaman doğru) şeklinde yapılmaktadır.

Bedensel İlevler (11 madde): Kilomdan dolayı nesnelere yerden almakta güçlük çekiyorum.

Özgüven (7 madde): Kilomdan dolayı sıkıştım.

Cinsel Yaşam (4 madde): Kilomdan dolayı cinsel istemim az ya da hiç yok.

Toplum baskısı (5 madde): Kilomdan dolayı koridorlardan ya da turnikelerden geçerken sızma konusunda endişe duyuyorum.

?? (4 madde): Kilomdan dolayı olabileceğimden daha az üretkenim.

ARABPSYCHOLOGY.COM