

Merhamet Korkusu Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Merhamet Korkusu Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=25956>

Özet

Merhamet Korkusu Ölçeği (MKÖ), bireylerin kendilerine, başkalarına veya başkalarından gelen merhamete karşı geliştirdikleri olumsuz tutumlar ve korkular ölçmek amacıyla 2021 yılında Eref Nas ve Rukiye Sak tarafından geliştirilmiş öz-bildirim tipi bir psikometrik araçtır. Ölçek, özellikle bireylerin merhameti bir zayıflık olarak algılamaları, başkalarına merhamet gösterdiklerinde zarar görme endişesi taşınmaları veya merhamet almaktan kaçınmaları gibi durumları değerlendirir. Bu araç, alanyazında giderek önem kazanan merhamet odaklı terapiler ve ilgili psikolojik yapılar bağlamında önemli bir tan ve araştırma potansiyeline sahiptir.

Anahtar Kelimeler

Merhamet, Merhamet Korkusu, Öz-Merhamet, Psikometri, Ölçek Geliştirme, Affetme, Duyarlılık.

Yazarlar

Eref Nas, Rukiye Sak

Amaç

Merhamet Korkusu Ölçeği'nin temel amacı, psikoloji ve rehberlik alanında kullanılmak üzere, bireylerin merhamet gösterme ve merhamet alma süreçlerine yönelik geliştirdikleri korku düzeylerini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçebilecek standart bir araç sunmaktır. Bu korku, genellikle merhametin yanlış anlaşılması, kişisel zayıflıkla ilişkilendirilmesi veya gelecekteki olası incinmelerden kaçınma mekanizması olarak ortaya çıkmaktadır.

Ölçeğin geliştirilmesi, özellikle Batı literatüründe Paul Gilbert ve meslektaşları tarafından ortaya konan merhamet odaklı terapi (Compassion Focused Therapy - CFT) yaklaşımının Türkiye bağlamında incelenmesine ve bu alandaki araştırmaların derinleştirilmesine olanak tanımaktadır. Ölçek, klinik ve akademik çalışmalarda merhamet korkusunun depresyon, anksiyete ve diğer psikopatolojik durumlarla ilişkisini incelemek için kritik bir araç görevi görmektedir.

Yapı

Merhamet Korkusu Ölçeği, merhamet kavramına yönelik korkunun çok boyutlu bir yapı olduğunu varsayarak geliştirilmiştir. Geliştirme çalışmasına göre, ölçek genellikle üç temel alt boyutu ölçmektedir:

Başkalarına Yönelik Merhamet Korkusu: Bireyin diğer insanlara karşı nefkatli veya

yardımsız olmasının kendisini riske atacağı, sömürüleceği veya zarar göreceği yönündeki endişeleri.

Başkardan Gelen Merhameti Alma Korkusu: Bireyin başkardan kendisine gösterdiği şefkati veya ilgiyi kabul etmekte zorlanması, bunu bir zayıflık işareti olarak görmesi veya borçlu kalma endişesi taşıması.

Öz-Merhamet Korkusu: Bireyin kendi acılarına karşı duyarlı olmaktan veya kendine şefkat göstermekten kaçınması; bu durumu acizlik veya kendine düşkünlük olarak değerlendirilmesi.

Geçerlik

Ölçek geliştirme sürecinde geçerlik çalışmaları titizlikle yürütülmüştür. Yapılan çalışmalar, ölçeğin ölçmeyi amaçladığı teorik yapıyı ne ölçüde temsil ettiğini belirlemek üzere yapı geçerliliği kanıtlarına odaklanmıştır.

Nas ve Sak (2021) tarafından yürütülen çalışmada, ölçeğin yapı geçerliliğini sağlamak amacıyla açılmaya ve doğrulanmaya faktör analizleri gerçekleştirilmiştir. Bu analizler, ölçeğin teorik olarak öngörülen çok boyutlu yapıya destek nitelikte sonuçlar vermiştir. Ek olarak, ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında, Merhamet Korkusu Ölçeği puanlarının ilgili diğer psikolojik yapılarla (örneğin, öz-şefkat ve başlanma stilleri) tutarlı korelasyonlar gösterdiği belirlenmiştir, bu da ölçeğin beklenen teorik ilişkileri yansıttığını göstermektedir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları, iç tutarlılık (Cronbach Alfa) katsayıları hesaplamaları üzerinden değerlendirilmiştir. İç tutarlılık katsayıları, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda ne kadar tutarlı olduğunu göstermektedir.

Nas ve Sak'ın (2021) orijinal çalışmasında, Merhamet Korkusu Ölçeği'nin genel güvenilirlik katsayılarının ve alt boyutlarının iç tutarlılık değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu rapor edilmiştir. Bu yüksek iç tutarlılık değerleri, ölçeğin farklı bireylerde ve farklı zamanlarda tutarlı sonuçlar üretme kapasitesine sahip olduğunu kanıtlamaktadır.

Faktör Analizi

Merhamet Korkusu Ölçeği'nin faktör yapısı, öncelikle faktör analizi teknikleri kullanılarak belirlenmiştir. Araştırma, ölçeğin merhamet korkusunu üç farklı ancak ilişkili alt boyutta ele alan çok faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymuştur.

Bu analizler sonucunda, her bir alt boyutun yeterli sayıda madde içerdiği ve bu maddelerin kendi faktör yüklerinin yüksek, diğer faktörlere olan yüklerinin ise düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu

sa?lam faktör yap?s?, ölçe?in merhamet korkusunun karma??k do?as?n? ba?ar?l? bir ?ekilde ayr??t?rabildi?ini göstermektedir.

Araç

Test Tipi:

Geli?tirme (Öz-bildirim Ölçeği)

Format:

5'li Likert Ölçeği

Language Available:

Türkçe

Population Group:

Genel Popülasyon

Age Group:

Yeti?kin

Population Details:

Ölçek geli?tirme çal??mas?, Türkiye'deki üniversite ö?rencileri ve genel yeti?kin popülasyonu üzerinde gerçekleştirilmi?tir.

Test Methodology:

Bireyler, ölçekte yer alan maddelere 5'li Likert format?nda yan?t vermektedirler:

1 = **Hiçbir zaman**

2 = **Nadiren**

3 = **Ara s?ra**

4 = **S?k s?k**

5 = **Her zaman**

Yüksek puanlar, ilgili merhamet alan?nda daha yüksek düzeyde korku veya kaç?nma oldu?unu i?aret eder.

Anahtar Kelimeler

Merhamet Korkusu, Öz-?efkat, Duygusal Düzenleme, Psikolojik De?erlendirme, Türkiye, E?ref Nas.

Yazarlar

Author ORCID Identifier:

Mevcut de?il.

Affiliation Email addresses:

esrefnasx@gmail.com (Sorumlu Yazar)

Correspondence Address:

Detayl? kurumsal yaz??ma adresi kaynak makalede bulunabilir.

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Test Y?I?: 2021

?zinler ve Ücret: Ölçek, akademik ve ara?t?rma amaçl? kullan?mlar için genellikle orijinal yay?nc?dan izin al?narak kullan?labılır. Ticari amaçl? kullan?m için yazarlarla ileti?ime ge?ilmesi gerekmektedir.

Kaynaklar

Nas, E. ve Sak, R. (2021). Merhamet Korkusu Ölçeğinin geli?tirilmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca E?itim Fakültesi Dergisi*, 52, 503-519. DOI: 10.53444/deubefd.930883

Orijinal makaleye Dergipark üzerinden ula??labılır: dergipark.org.tr

Ölçeğin orijinal PDF dosyas? burada indirilebilir: merhamet-korkusu-olcegi-toad.pdf

Merhamet Korkusu Ölçeği Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

5. Benden yardım talep eden insanlardan uzak durmaya çal??r?m.

10. İnsanlara merhametli olmaktan dolayı zarar göreceğimden endişe ederim.
18. Acılarına karşı duyarlı olmayıp bir acizlik olarak görürüm.

ARABPSYCHOLOGY.COM