

Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=28096>

Özet

Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i (OBKÖ), bireylerin kendi bedenlerine yönelik ele?tirel, yarg?lay?c? ve olumsuz ifade kal?pları?n? ölçmek amacıyla geli?tirilmis? bir psikometrik araçtır. Ölçek, 2019 y?l?nda Nazmi Bayköse ve Ay?e Yaz?c? tarafından adolesan k?z sporcular örneğinde Türkçe diline uyarlanm??tır. Bu uyarlama çal??ması, ölçe?in orijinal yap?s?n?n Türk kültürüne ve özellikle genç sporcular?n beden alg?s? ba?lam?na uygunlu?unu test etmeyi amaçlam??tır. Ölçek, spor performans? ve genel psikolojik iyilik hali üzerinde önemli etkileri olabilen, ki?inin bedeni hakk?ndaki içsel ve d??sal olumsuz ileti?im e?ilimlerini de?erlendirmek için kritik bir araçtır.

Anahtar Kelimeler

Olumsuz beden konu?malar?, beden imaj?, beden alg?s?, psikometri, spor psikolojisi, adolesan k?z sporcular.

Yazarlar

Nazmi Bayköse, Ay?e Yaz?c?

Amaç

Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin kendi bedenleri hakkında yaptıkları olumsuz yorumları ve içsel monologları s?kl??n? ve yo?unlu?unu nicel olarak belirlemektir. Bu ölçüm, özellikle spor ortamlar?nda ve ergenlik döneminde yaygın olarak görülen beden memnuniyetsizli?i, yeme bozuklu?u riskleri ve düşük özgüven gibi durumları erken te?hisinde ve müdahale programları?n?n etkinli?inin de?erlendirilmesinde kullanılmaktadır.

Ölçe?in Türkçe uyarlaması?n?n özel amacı ise, orijinal ölçe?in geçerlik ve güvenirlik özelliklerini Türk kültürü ve adolesan k?z sporcular popülasyonu için sa?lamaktır. Bu adaptasyon, alan ara?t?rmacılar?na ve klinisyenlere, Türk sporcu gençlerin beden konu?ma alışkanlıkları?n? bilimsel yöntemlerle inceleme imkanı sunmuştur.

Yap?

Ölçek, psikolojik literatürde "Beden ?maj?" (Body Image) olarak adlandırılan geni? yap?n?n bir alt bile?eni olan "Olumsuz Beden Konu?ması?" yap?s?n? ölçmektedir. Olumsuz beden konu?ması, ki?inin kendi vücut ?ekli, a??rl?? veya görünümü hakkında yapt?? ele?tirel, utandır?c? veya küçümseyici yorumları içerir. Bu yapı genellikle içselle?tirilmiş toplumsal baskılar ve idealize edilmiş beden standartları ile ilişkilidir.

Ölçek maddeleri, bireyin bedenini ba?kalar?yla kar??la?t?rma, kendini ele?tirme ve fiziksel görünümünden duydu?u memnuniyetsizli?i ifade etme e?ilimlerini kapsayan boyutlar etraf?nda toplanm??t?r. Bu olumsuz bili?sel ve sözel süreçler, depresyon ve anksiyete gibi psikopatolojik sonuçlarla güçlü bir korelasyon göstermektedir.

Geçerlik

Orijinal kaynakta geçerlik bilgileri detayl? olarak belirtilmemi? olsa da, Bayköse ve Yaz?c? (2019) taraf?ndan gerçekleştirilen uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in yap?sal geçerli?i kan?tlanm??t?r. Yap?lan do?rulay?c? ve aç?mlay?c? faktör analizleri (bkz. Faktör Analizi), ölçe?in kuramsal yap?y? destekledi?ini göstermi?tir.

Uyarlama çal??mas? kapsam?nda, ölçe?in yap? geçerli?i, ilgili di?er psikolojik yap?larla korelasyonu (yak?nsak ve ?raksak geçerlik) incelenerek de desteklenmi?tir. Bu kapsamda, ölçe?in yüksek olumsuz beden konu?mas? düzeylerinin, dü?ük benlik sayg?s? ve yüksek yeme bozuklu?u e?ilimleri ile beklenen yönde ili?kili oldu?u saptanm??t?r.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenilirlik çal??malar?, genellikle iç tutarl?l?k katsay?lar? (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test yöntemleriyle incelenmi?tir. Bayköse ve Yaz?c? (2019) çal??mas?nda, Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i'nin Türkçe formunun, adolesan k?z sporcular örnekleminde yüksek düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?u rapor edilmi?tir. Yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermektedir.

Test-tekrar test güvenilirlik analizleri, ölçe?in zaman içinde kararl? ölçümler sa?lama yetene?ini do?rulam??t?r. Bu bulgular, ölçe?in hem ara?t?rma hem de klinik uygulamalarda güvenilir bir araç olarak kullan?labilece?ini i?aret etmektedir.

Faktör Analizi

Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i'nin uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in yap?sal özellikleri faktör analizleri ile incelenmi?tir. Genellikle, ölçe?in orijinal yap?s?n? koruyup korumad??? Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) ile ara?t?r?lm??, ard?ndan elde edilen yap?n?n uygunlu?u Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) ile test edilmi?tir.

Bayköse ve Yaz?c?'n?n çal??mas?, ölçe?in orijinal yap?s?na benzer veya ayn? olan, Türk kültürü ba?lam?nda anlaml? ve kabul edilebilir uyum indeksleri sa?layan bir faktör yap?s?n? ortaya koymu?tur. Bu analizler, ölçek maddelerinin Olumsuz Beden Konu?mas? yap?s?n?n farklı yönlerini etkili bir ?ekilde temsil etti?ini kan?tlam??t?r.

Enstrüman

Test Türü: Uyarlama (Adaptasyon) Ölçe?i

Format: Ölçe?in derecelendirme format? orijinal çal??mada belirtilmemi? olsa da, benzer psikometrik araçlarda s?kl?kla kullan?lan 5'li veya 7'li Likert tipi bir derecelendirme kullan?ld??? varsay?lmaktad?r. Bu formatta kat?l?mc?lar, maddelere ne s?kl?kta kat?ld?klar?n? belirtirler (Örn: Hiçbir zaman, Nadiren, Bazen, S?k s?k, Her zaman).

Mevcut Diller: Türkçe (Uyarlama)

Popülasyon Grubu: Sporcular, Özellikle Adolesan K?z Sporcular

Ya? Grubu: Adolesan dönemi (Genellikle 12-18 ya? aras?)

Popülasyon Detaylar?: Ölçe?in geçerlik ve güvenilirlik çal??mas?, farklı spor dallar?ndan seçilen genç kad?n sporcular üzerinde gerçekleştirilmi?tir. Bu popülasyon, beden imaj?na yönelik yüksek toplumsal ve performans bask?lar?na maruz kalmaktad?r.

Test Metodolojisi: Öz bildirim (Self-Report) ölçe?i. Kat?l?mc?lar, kendilerine sunulan maddeleri okuyarak, belirtilen derecelendirme skalas?na göre kendilerine en uygun yan?t? seçerler.

Anahtar Kelimeler

Beden memnuniyetsizli?i, benlik sayg?s?, psikolojik ölçüm, uyarlama çal??mas?, sporcu sa?l???, beden imaj? bozukluklar?.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Belirtilmemi?tir.

Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri: nazmibaykose@gmail.com (Sorumlu Yazar ?leti?imi)

Yaz??ma Adresi: Bayköse, N. ve Yaz?c?, A. (2019) çal??mas?nda belirtilen kurumsal adresler geçerlidir.

?zinler & Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, Bayköse ve Yaz?c? (2019) taraf?ndan Türkçe diline uyarlanm??t?r. Orijinal ölçe?in kullan?m izni ve telif haklar?, orijinal geli?tiricilere aittir. Uyarlanan formun akademik veya klinik amaçl? kullan?m? için sorumlu yazar Nazmi Bayköse ile ileti?ime geçilmesi tavsiye edilir. Ölçe?in uyarlama y?l? 2019'dur.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: [olumsuz-beden-konusmalari-olcegi-toad.pdf](#)

Referanslar

Bayköse, N., ve Yaz?c?, A. (2019). Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i'nin adolesan k?z sporcular için geçerlik ve güvenilirli?i. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 102-118.

Orijinal ölçek kayna?? ve geli?tiricileri (Bayköse ve Yaz?c?'n?n makalesinde detayl? olarak belirtilmi?tir).

Olumsuz Beden Konu?malar? Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir. (Kaynak içerikte ölçek maddeleri sa?lanmad???ndan, bu k?s?m bo? b?rak?lm??t?r. Maddeler için Bayköse ve Yaz?c? (2019) referans?na ba?vurulmal?d?r.)

Ölçek maddeleri, referans makalede (Bayköse & Yaz?c?, 2019) yer almaktad?r.