

# Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i (SGKÖ)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i (SGKÖ)*. Turkish Psychological Scales.  
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30674>

## Özet

**Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i (SGKÖ)**, bireylerin sosyal ortamlarda kendi fiziksel görünüşleri hakkında ya?ad?klar? yo?un endi?e ve kayg? düzeylerini ölçmek amacıyla geli?tirilmis? bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, orijinal yabancı formunun temel alınarak Tayfun Do?an tarafından 2010 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. Türkçe adaptasyon çalışması, ölçeğin yapısal geçerliliğinin özgün formuyla yüksek düzeyde paralel olduğunu ve mükemmel iç tutarlı?a sahip olduğunu göstermiştir. SGKÖ, 15 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipi derecelendirme kullanan, yetişkin popülasyonuna yönelik bir öz bildirim ölçeğidir.

## Anahtar Kelimeler

Sosyal Görünü? Kayg?s?, SGKÖ, Vücut ?maj?, Geçerlik, Güvenirlik, Psikometrik Ölçek, Tayfun Do?an, Öz Bildirim.

## Yazarlar

Tayfun Do?an

## Amaç

Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i'nin (SGKÖ) temel amacı, bireylerin başkalar? tarafından değerlendirilme korkusu başlangıçta kendi fiziksel görünüşleri hakkında duyduklar? kayg? yoğunluğunu ve sıklığını bilimsel yöntemlerle saptamaktır. Ölçek, bireyin görünüşünün (giysi, saç, vücut yapısı vb.) olumsuz bir şekilde algılanmasından duyulan rahatsızlık ve sosyal gerginliği ölçmeye odaklanmaktadır.

Türkçe uyarlama çalışması (2010), SGKÖ'nün psikometrik özelliklerini Türk kültürü ve dili başlangıçta inceleyerek, ölçeğin Türkiye'deki akademik araştırmalarda ve klinik uygulamalarda geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabilmesini sağlamayı hedeflemiştir.

## Yapı

SGKÖ, bireyin kendi görünüşü hakkında olumsuz yargılanma beklentisini ve bu beklentinin yarattığı stresi ölçen tek boyutlu bir psikolojik yapıyı temsil etmektedir. Ölçek, kişinin başkalarından kendisine bakış açısı, fotoğraf çekimi gibi dikkat çekici durumlar ve sosyal etkileşimler sırasında fiziksel görünüşüne dair hissettiği endişeleri kapsar.

Ölçeğin yapısal bütünlüğü, uyarlama çalışmasında yapılan istatistiksel analizlerle desteklenmiştir. Bu tek boyutlu yapı, sosyal görünüş kaygısının, sosyal anksiyetenin önemli bir bileşeni olarak kavramsallaştırılmasına olanak tanır.

## Geçerlik

SGKÖ'nün Türkçe formu için yap? geçerli?i, hem Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) hem de Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) yöntemleri kullan?larak incelenmi?tir. Her iki analizin sonuçlar? da ölçe?in yap?s?sal olarak özgün formuyla paralellik gösterdi?ini ve Sosyal Görünü? Kayg?s? construct'ın tutarlı bir şekilde ölçtü?ünü kan?tlam??t?r.

Faktör analizi sonuçlar?, 15 maddenin tamam?n?n tek bir faktöre yüksek yüklerle yüklendi?ini göstererek, ölçe?in tek boyutlu yap?s?n? do?rulam??t?r. Bu bulgular, SGKÖ'nün Türkiye popülasyonunda psikometrik aç?dan sağlam temellere dayand??n? ve ilgili psikolojik yap?y? geçerli bir şekilde ölçtü?ünü göstermektedir.

## Güvenirlik

Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i'nin Türkçe adaptasyonunun güvenilirli?i, yüksek düzeyde tespit edilmi?tir. ?ç tutarlık katsay?s? olarak hesaplanan Cronbach Alpha de?eri **.93** olarak belirlenmi?tir. Bu de?er, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ölçme konusunda mükemmel bir iç tutarlık sergiledi?ini ifade eder.

Ölçe?in zamana kar?? kararlılı??n? ölçen test-tekrar test güvenilirlik katsay?s? **.85** olarak bulunmu?tur. Ayrıca, ölçe?in yar?lama güvenilirlik katsay?s? **.88** olarak hesaplanm??t?r. Ölçe?in Türkçe formunun madde-toplam korelasyon katsay?lar? **.32 ile .82** aras?nda de?irmektedir, bu da maddelerin ölçe?in bütününe anlamlı katkı sağlad??n? göstermektedir.

## Faktör Analizi

SGKÖ'nün Faktör Analizi çal??malar?, ölçe?in özgün yap?s?n? korudu?unu göstermi?tir. Hem Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) hem de Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) sonuçlar?, ölçe?in tek faktörlü yap?s?n? desteklemi?tir.

DFA sonuçlar?nda elde edilen uyum iyili?i indeksleri, modelin veriyle uyumlu oldu?unu kan?tlam??t?r. Bu analizler, ölçe?in 15 maddelik yap?s?n?n, Türk kültüründe de Sosyal Görünü? Kayg?s? yap?s?n? ba?ar?yla temsil etti?ini do?rulamaktad?r.

## Ölçme Arac?

**Test Türü:** Uyarlama

**Format:** Öz bildirim ölçe?i

**Mevcut Diller:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Yeti?kinler

**Ya? Grubu:** Genel Yeti?kin Popülasyonu (Uyarlama çal??mas? üniversite ö?rencileri üzerinde yap?lm??t?)

**Popülasyon Detaylar?:** Sosyal Görünü? Kayg?s? ya?ayan veya bu konuda risk ta??yan bireyler.

**Test Metodolojisi:** Ölçek **15 maddeden** olu?maktadır ve 5'li Likert tipi derecelendirme kullan?lmaktadır. Cevap seçenekleri (1) **Hiç Uygun De?il**'den (5) **Tamamen Uygun**'a kadar uzanmaktadır. Puanlama tek yönlüdür; yüksek puanlar, ölçülen kayg? düzeyinin yüksek oldu?unu gösterir.

## Anahtar Kelimeler

Sosyal Anksiyete, Vücut Alg?s?, Öz Bildirim, Cronbach Alpha, Psikometrik Özellikler, Görünü? Kayg?s?, Faktör Analizi.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?:** Bilgi mevcut de?il.

**Ba?l?l?k E-posta Adresleri:** [tayfun@tayfundogan.net](mailto:tayfun@tayfundogan.net)

**Yaz??ma Adresi:** Tayfun Do?an (?leti?im için yukar?daki e-posta adresi kullan?labilir.)

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

**Test Y?I?:** Türkçe uyarlama çal??mas? 2010 y?l?nda yay?mlanm??t?r.

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in kullan?m? için sorumlu yazar Tayfun Do?an ile ileti?ime geçilmesi önerilir.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [sosyal-gorunus-kaygisi-olcegi-sgko-toad.pdf](https://www.sosyal-gorunus-kaygisi-olcegi-sgko-toad.pdf)

## Kaynaklar

Do?an, T. (2010). Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i'nin (SGKÖ) Türkçe Uyarlamas?: Geçerlik ve Güvenirlik Çal??mas?. *Hacettepe Üniversitesi E?itim Fakültesi Dergisi*, 39, 151-159. Makaleye eri?im linki: [efdergi.hacettepe.edu.tr](https://efdergi.hacettepe.edu.tr)

## Sosyal Görünü? Kayg?s? Ölçe?i (SGKÖ) Maddeleri

Ölçek toplam 15 maddeden olu?maktadır. A?a??da bir örnek madde sunulmu?tur:

Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.

ARABPSYCHOLOGY.COM