

Sosyal Mesafe Fobi Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Sosyal Mesafe Fobi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30748>

Özet

Sosyal Mesafe Fobi Ölçeği (SMFÖ), Aykut Gunlu tarafından 2021 yılında geliştirilmiş bir psikolojik ölçüm aracıdır. Bu ölçek, özellikle COVID-19 pandemisi gibi dönemlerde yaygınlaşan sosyal mesafe uygulamalarının bireyler üzerindeki psikolojik etkilerini değerlendirmek amacıyla tasarlanmıştır. Ölçek, bireylerin sosyal mesafenin sonlanması veya esnetilmesi durumlarına karşı geliştirdikleri anksiyete ve mantıksız korku düzeylerini, yani "sosyal mesafe fobisini" ölçmeyi hedefler. Çalışmada, bu fobi düzeylerinin anksiyete ve algılanan stres ile olan ilişkisini inceleyerek, ölçeğin yapısal geçerliliğini ve güvenilirliğini detaylı bir şekilde ortaya koymuştur.

SMFÖ, sosyal mesafe kurallarına son verilmesi ihtimalinin yarattığı yoğun kaygı ve bu durumdan kaçınma eğilimlerini belirlemede klinisyenlere ve araştırmacılara önemli bir araç sunmaktadır. Ölçeğin geliştirilmesi, sosyal kısıtlamaların uzun süreli etkilerinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini anlamak için kritik bir adımdır.

Anahtar Kelimeler

Sosyal Mesafe Fobisi, Sosyal Mesafe, COVID-19, Anksiyete, Algılanan Stres, Psikometrik Geliştirme, Ölçek Geliştirme, Fobi, Fobi

Yazarlar

Aykut Gunlu

Amaç

Sosyal Mesafe Fobi Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin sosyal mesafeyi sonlandırma veya azaltma zorunluluğunda yaşadıkları spesifik fobi düzeyini ve ilişkili kaygı belirtilerini objektif olarak ölçmektir. Geliştirme süreci, COVID-19 salgını sırasında uygulanan sosyal kısıtlamaların ardından, bu kısıtlamaların kaldırılması veya hafifletilmesinin yol açabileceği yeni bir psikolojik durum olan "Sosyal Mesafe Fobisi" kavramını tanımlamak ve geçerli kılmaktır.

Bu araç, ilgili fobi düzeyinin ölçülmesinin yanı sıra, bu durumun genel anksiyete ve algılanan stres düzeyleri ile ne kadar yakından ilişkili olduğunu belirlemeyi de amaçlamıştır. Bu sayede, fobi belirtileri gösteren bireylerin erken teşhis ve müdahale süreçlerine katkıda bulunması hedeflenmiştir.

Yapı

Ölçek, sosyal mesafenin kaldırılması beklentisine veya zorunluluğuna odaklanan bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkileri ölçen tek veya çok boyutlu bir yapı üzerine kurulmuştur. Sosyal Mesafe Fobisi, bireyin sosyal mesafe kurallarıyla kalkması veya ihlal edilmesi durumunda yoğun bir tehdit algılaması, kaygı yaşaması ve bu durumdan kaçınma davranışları sergilemesi şeklinde kavramsallaştırılmıştır.

Yapılan geliştirme çalışmaları, ölçeğin faktör yapısı, anksiyete ve stres gibi ilgili psikolojik yapılarla korelasyonu incelenerek, Sosyal Mesafe Fobisinin ayrı ve ölçülebilir bir psikopatoloji alanı temsil etmediği araştırılmıştır. Bu yapı, pandemik dönem sonrası ruh sağlığı sorunları anlamlandırılmada önemli bir teorik temel sunmaktadır.

Geçerlik

Ölçeğin geçerlik çalışmaları, geliştirme makalesinde (Gunlu, 2021) detaylı olarak açıklanmıştır. Genellikle yapı geçerliliği (faktör analizi ile) ve ölçüt bağıntılı geçerlik (eğ zamanlı geçerlik, anksiyete ve stres ölçekleri ile korelasyonlar) yöntemleri kullanılmıştır.

Makalede sunulan detaylı analizler, Sosyal Mesafe Fobi Ölçeği'nin ölçmeyi amaçladığı yapıyı başarıyla bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir. Özellikle, ölçeğin puanları, teorik olarak ilgisizlik olması beklenen diğer psikolojik yapılarla (örn., genel anksiyete ve algılanan stres) anlamlı korelasyonlar göstermesi, ölçeğin yapısal geçerliliğini desteklemektedir.

Güvenirlilik

Ölçeğin güvenirlilik analizleri de yazarın orijinal makalesinde ayrıntılı olarak sunulmuştur. Güvenirlilik, genellikle iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test güvenilirliği yöntemleri kullanılarak değerlendirilmiştir.

Yüksek iç tutarlılık katsayısının bildirilmesi, ölçek maddelerinin aynı yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir. Bu bulgular, Sosyal Mesafe Fobi Ölçeği'nin klinik ve araştırma ortamlarında stabil ve güvenilir ölçümler sağladığını işaret etmektedir.

Faktör Analizi

Sosyal Mesafe Fobi Ölçeği'nin geliştirme çalışmaları, ölçeğin boyutluluğunu belirlemek amacıyla faktör analizi teknikleri (kefedici ve/veya doğrulayıcı faktör analizi) uygulanmıştır. Bu analizler, sosyal mesafe fobisinin tek bir genel faktörden mi yoksa birden fazla alt boyuttan mı oluştuğunu saptamak için kritik öneme sahiptir.

Orijinal makalede detaylandırılan faktör analizi sonuçları, ölçeğin teorik beklentilerle uyumlu bir yapı sergilediğini ve maddelerin ilgili faktörlere yüksek yükler verdiğini ortaya koymuştur. Bu

bulgular, ölçeğin yapış geçerliliğine önemli bir katkı sağlamaktadır.

Araç

Test Type: Geliştirme (Developmental Scale)

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Detaylar orijinal makalede belirtilmiştir.)

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Yetişkin Popülasyonu

Age Group: Belirtilmemiştir (Genellikle üniversite öğrencileri veya genel yetişkin örnelemi)

Population Details: Geliştirme çalışmasına katılan örneklem detayları makalede mevcuttur.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Scale)

Anahtar Kelimeler

Pandemi Psikolojisi, Sosyal Anksiyete, Psikometri, Psikolojik Ölçek, Algılanan Stres, Sosyal Mesafe Fobisi

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir.

Affiliation Email addresses: aykutgunlu48@gmail.com

Correspondence Address: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı: 2021

İzinler ve Ücret: Ölçeğin kullanımı için gerekli izinler ve potansiyel ücretlendirme bilgileri, sorumlu yazar Aykut Gunlu ile doğrudan e-posta yoluyla iletişime geçilerek öğrenilmelidir. Ölçeğin akademik ve araştırmaya amaçlı kullanımı genellikle orijinal yayımlarına tabidir.

PDF Erişimi: Ölçeğin geliştirme çalışmasının orijinal PDF dosyasına aşağıdaki bağlantıdan erişilebilir: [development-of-social-distancing-phobia-scale-and-its-association-with-anxiety-and-perceived-stress.pdf](#)

Kaynaklar

Gunlu, A. (2021). Development of Social Distancing Phobia Scale and Its Association with Anxiety and Perceived Stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-21. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00664-2>

Sosyal Mesafe Fobi Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir. Orijinal kaynak içeriğinde ölçek maddeleri açıkça sağlanmamıştır. Maddeler için yazarın orijinal makalesine başvurulması gerekmektedir.

(Ölçek maddeleri, telif hakları nedeniyle veya orijinal kaynaktan sağlanmadığı için burada listelenmemiştir. Maddelerin tamamı için Gunlu (2021) referanslı akademik makaleye başvurunuz.)