

## Benlik Korkusu Ölçeği (Bkö) Türkçe Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Ahmet AKIN\*

Merve ÇALIK\*\*

Sümeyye ÖZKAYA \*\*\*

Sadık YILMAZ \*\*\*\*

Erkut KURUBAL \*\*\*\*\*

### Özet

Bu araştırmanın amacı Benlik Korkusu Ölçeği' ni (BKÖ) Türkçe'ye uyarlamak ve geçerlik ve güvenilirlik analizlerini yapmaktır. Araştırma yaşları 18 ile 62 arasında değişen 199 (erkek: 63 kadın: 86) öğretmen üzerinde yürütülmüştür. Araştırmaya katılan kişilerin 110' u erkek, 89' u kadındır. Doğrulamalı faktör analizinde 8 maddeden oluşan tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ( $\chi^2= 43.82$ ,  $sd= 19$ ,  $RMSEA= .081$ ,  $CFI= .95$ ,  $IFI= .95$ ,  $NFI= .91$ ,  $SRMR= .049$ ,  $GFI= .95$ ). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Yapılan analiz sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .35 ve .66 arasında sıralandığı görülmüştür. Bu sonuçlar ölçeğin Benlik Korkusu Ölçeği Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Benlik Korkusu, Geçerlik, Güvenirlik.

\* Doç. Dr. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık Ve Rehberlik ABD, aakin@sakarya.edu.tr

\*\* Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler ABD

\*\*\* Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler ABD

\*\*\*\* Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler ABD, msdkylmz@gmail.com

\*\*\*\*\* Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler ABD

## 1. GİRİŞ

Benlik korkusu bireyin zihninden olmak istemediği kişilik olan “ben” niteliklerini taşımaya başlama endişesinin geçmesi şeklinde tanımlanabilmektedir (Oyserman & Markus, 1990, akt. Aardema, Moulding, Radomsky, Doron, Allamby, & Souki, 2013). Aardema ve arkadaşları (2013) benlik korkusunun Obsesif- Kompulsif Bozukluk (OKB) semptomları ile bağlantılı olabileceğini düşünmektedirler. OKB’de egodistonik düşünceler obsesyonların gelişmesinde kritik rol almaktadır (Purdon & Clark, 1999). Benlik korkusundaki endişeler de egodistonik obsesyonlar içermektedir (Aardema ve diğerleri, 2013).

Obsesyon veya saplantı istemsiz olarak bilinç alanına giren, yineleyici, sıkıntı yaratan, kişinin saçma ve yanlış olduğunu bildiği düşünce, dürtü ya da imajlardır (Bayar & Yavuz, 2008). American Psikiyatri Birliğine (2000) göre Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB); kaygılardan kurtulmak ve takıntıları etkisizleştirmek için tekrarlayan istenmeyen düşünceler, dürtüler (obsesyonlar) ve tekrarlayan ritüelleşmiş davranışlar (kompulsiyonlar) gibi belirli özelliklere sahip, oldukça rahatsız edici ve zayıflatıcı bir durumdur (Boysan, Güngör, Kalafat, & Kağan, 2010).

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) çocukluk çağına başlayabilen ve oldukça ağır seyredebilen bir psikiyatrik bozukluk olup, yineleyen ve kişinin yaşamında belirgin sıkıntılara yol açan obsesyonlar ve kompulsiyonlarla açığa çıkmaktadır (Öner & Aysev, 2001). Rachman (1981), obsesyonların içeriğinde olan istenmeyen davetsiz düşünceleri kabul edilemez ve/veya istenmeyen, tekrarlayan düşünce, görüntü ve dürtüler olarak tanımlamaktadır. Kolay tespit edilebilen ve mantıksız bulunan obsesyonlar aynı zamanda ego-distonik bir yapıya sahiptirler (akt., Karamustafaloğlu & Karamustafaloğlu, 2000).

Obsesyonlar yineleyici, isteğin dışında gerçekleşen, kişinin kendi zihninin ürünü olan, benliği rahatsız edici nitelikte (ego-distonik) olduğu için kişinin zihninden uzaklaştırmaya çalıştığı fakat tersine zihnini işgal eden, ısrarcı ve zorlayıcı her türlü düşünce, dürtü ya da hayaller olarak tanımlanabilir. Obsesyonlar hastalar tarafından “takıntı, saplantı, evham ya da vesvese” gibi terimlerle ifade edilmektedir (Bayraktar, 1997). Insel’e (1990, akt., Ağargün ve diğerleri, 2005) göre; zorlayıcı, istemsiz ve benliğe yabancı düşünceler ya da dürtüler sağlıklı kişilerde de sıklıkla görülebilmektedir. Ancak sağlıklı kişilerdeki bu durumun OKB ile farkı daha kısa süreli, benliğe daha az yabancı, zihinden kolay atılan ve belirgin sıkıntı oluşturmadan yaşanmasıdır (Ağargün ve diğerleri, 2005).

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) da sıklıkla takıntılar ve kompulsiyonların genel işleyiş ve iyileşme üzerinde zayıflatıcı bir etkisi olan bir hastalık olarak nitelendirilir. OKB de genellikle takıntılar kaynağını şüphelerden aldığı için “şüphe hastalığı” olarak adlandırılır. Örneğin bireyler “ Ben ocağı açık unutmuş olabilirim.” Ya da “ ben kirlenmiş olabilirim” şeklinde şüphe içerici cümleler kurarlar. OKB’li bireyler şüphenin verdiği sıkıntıyı azaltmak amacıyla çeşitli kompulsif davranışlarda bulunur. Örneğin kontrol etmek, zihinden geçirmek ya da başkalarına sorarak emin olmak gibi. Araştırmalar incelendiğinde OKB de merkezi rolü obsesif şüpheciliğin çeşitli yönleri, kapsamı ve altında yatan mekanizmaları da dahil olmak üzere şüphecilik oluşturmaktadır (Brown, Kosslyn, Breidler, Baer, & Jenike, 1994, akt., Dar Gangemi, & Mancini, 2015).

Aardema ve O’Connor (2007), benlik korkusunu küfür içerikli, cinsel ve saldırgan takıntıların etkilediğini bildirmektedir. Bu süreçte kişi hayalle gerçeği karıştırabilir. Örneğin bir kişi şu düşünce dizisini takip edebilir. “iyi bir anne olmak istiyorum, ama ya kötü bir anneysem, eğer gerçekten kötü bir anneysem...ben kendi bebeğimi boğabilirim. Ben sadece bebeğimi boğabileceğimi düşündüm, ben çok korkunç bir insanım ve bebeğimi boğma olasılığım mümkün...Yine bebeğimi boğacağımı düşünüyorum. Ben sadece yeniden bebeğimi boğabileceğimi düşündüm...” Bu gibi durumlarda kişi düşüncelerinde kendi obsesyonel öyküleri hakkında düşünceleri üzerinde düşünür ve kendine karşı negatif öz temalar oluşturarak kafa karışıklığı yaşarlar (akt., Aardema ve diğerleri, 2013). Benlik korkusu ego-distonik düşünceler içermektedir. Benlik korkusu ve obsesyon arasındaki ilişkiyi empirik çalışmalarda desteklemektedir (Aardema ve diğerleri, 2013).

Benlik korkusu kavramı kişinin olduğu ve olmaktan korktuğu kişi arasındaki çelişkilerini yaşadığı bir süreç olarak tanımlanabilir. Bu süreçte de kişi sürekli kendinden şüphe duyar ve kendini tetikte hisseder. Yaptıkları her harekette olmaktan korktuğu kişiye dönüşeceklerini düşünmeden edemezler. Bu özellikleri açısından obsesyonlarla benzerlik gösterir. Obsesyonların da içeriğinde olan istenmeyen ve tekrarlayan davetsiz düşüncelerin bulunması açısından benzerlik gösterdiği düşünülebilir.

Literatür incelendiğinde OKB konusunda çalışmalar bulunurken benlik korkusu kavramı literatüre yeni getirilmiş bir kavram olduğu için bu konuyla ilgili çalışmaların henüz oldukça az sayıda olduğu söylenebilir. Bu araştırmanın amacı bu ihtiyaca karşılık verecek Aardema ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilen Benlik Korkusu Ölçeği’ni (BKÖ) Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenirliğini incelemektir.

## 2. YÖNTEM

### 2.1 Çalışma Grubu

Araştırma yaşları 18 ile 62 arasında değişen 199 öğretmen üzerinde yürütülmüştür. Araştırmaya katılan kişilerin 110'u erkek, 89'u kadındır.

### 2.2 Veri Toplama Aracı

Benlik Korkusu Ölçeği (BKÖ, Aardema ve diğerleri, 2013): 6'lı derecelendirme içeren Benlik Korkusu Ölçeği (1- Kesinlikle Katılmıyorum – 6- Kesinlikle Katılıyorum) 8 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekteki 8 maddenin toplanmasıyla benlik korkusu ile ilgili toplam puan elde edilir. Benlik Korkusu Ölçeği'nin (BKÖ) orijinal formunun yapı geçerliğini belirlemek amacıyla uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin tek boyutta iyi uyum verdiği görülmüştür ( $\chi^2 = (19) = 35.995$ , CFI= .986, RMSEA= .055, SRMR= .028). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Uyum geçerliği çalışmasında benlik korkusu ile yakın ilişkilerde deneyimler-kaygı ( $r = -.43$ ), depresyon ( $r = .63$ ), anksiyete ( $r = .58$ ) ve stres ( $r = .50$ ) arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur.

### 2.3 İşlem

Benlik Korkusu Ölçeği (BKÖ) Türkçeye uyarlanması çalışmasında ilk olarak e-mail yoluyla iletişim kurularak gerekli izin alınmıştır. Bunun ardından ölçeğin İngilizce formu, iyi düzeyde İngilizce bilen 2 öğretim üyesi tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar geri tercüme edilerek İngilizce formla arasındaki tutarlılık değerlendirilmiştir. Daha sonra Türkçe form anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Son aşamada bu form, psikolojik danışma ve rehberlik ile ölçme ve değerlendirme alanındaki 3 öğretim üyesine incelenilerek anlaşılmayan ya da birden çok anlamı olan ifadeler araştırılmış ve görüşleri doğrultusunda bazı değişiklikler yapılmıştır. BKÖ'nün geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği incelenmiştir. Yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. BKÖ'nün güvenilirliği iç tutarlılık yöntemiyle, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ile incelenmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 20.0 ve LISREL 8.54 programları kullanılmıştır.

## 3. BULGULAR

### 3.1 Madde Analizi ve Güvenirlik

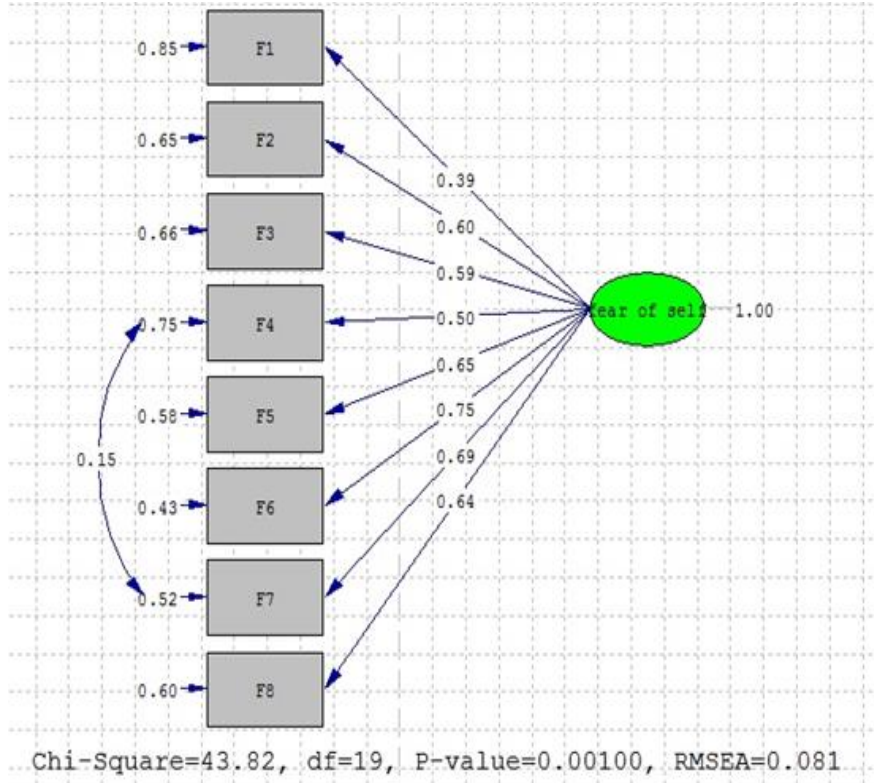
Yapılan analiz sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .35 ve .66 arasında sıralandığı görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1:** Benlik Korkusu Ölçeği(BKÖ) Türkçe Formunun Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyon Katsayıları ve Madde Silindiğinde Cronbach Alfa

Madde no	Düzeltilmiş madde toplam korelasyonu	Madde silindiğinde Cronbach alfa
f1	.35	,83
f2	.55	,80
f3	.55	,80
f4	.47	,81
f5	.57	,80
f6	.66	,78
f7	.64	,79
f8	.53	,80

### 3.2 Yapı Geçerliği

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek amacıyla orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde Benlik Korkusu Ölçeği (BKÖ) Türkçe Formunun iyi uyum verdiği görülmüştür ( $\chi^2 = 43.82$ ,  $sd = 19$ , RMSEA= .081, CFI= .95, IFI= .95, NFI= .91, SRMR= .049, GFI= .95). Ancak 4. ile 7. maddeler arasında ikili hata kovaryansı tanımlanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizine ait faktör yükleri Şekil 1'de sunulmuştur.



Şekil 1. Benlik Korkusu Ölçeği (BKÖ) Türkçe Formu'na İlişkin Path Diyagramı ve Faktör Yükleri

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada Aardema ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilen Benlik Korkusu Ölçeği'nin (BKÖ) Türkçeye uyarlanması ve Türkçe formun geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği DFA ile incelenmiştir. DFA için uyum indeksi sınırları göz önüne alındığında, modelin iyi uyum verdiği ve ölçeğin orijinal faktör yapısının Türkçe formun faktör yapısıyla uyduğu görülmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi ile model-veri uyumuna ilişkin hesaplanan istatistiklerden en sık kullanılanları RMSEA, RMR, GFI ve AGFI' dir.  $\chi^2/df$  oranının 5'ten küçük olması, CFI değerinin 0.95'de olması, model-veri uyumunu göstermektedir (Hocevar & Marsh, 1988). Bununla birlikte, GFI' nin .85'ten, RMSEA değerlerinin .10'dan düşük çıkması, model veri uyumu için kabul edilebilir alt sınırlar olarak görülmektedir (Marsh, Balla & McDonald, 1988).

Tezbaşaran'a (1996) göre araştırmalarda kullanılacak ölçme araçları için öngörülen güvenilirlik düzeyinin .70 olduğu göz önüne alınırsa, ölçeğin güvenilirliğini belirlemeye yönelik olarak elde edilen bulgular ölçeğin yeterli düzeyde güvenilir olduğunu ortaya çıkacaktır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen tüm bulgular, bu ölçeğin amacına hizmet edebileceği ve yeterli düzeyde geçerlik ve güvenilirliğe sahip olduğunu ortaya koymuştur.

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgular çerçevesinde bazı önerilerde bulunulabilir. Öncelikle ölçeğin dilsel eşdeğerliğinin incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca ileride yapılacak çalışmalarda, test tekrar test yöntemiyle ölçeğin güvenilirliğinin belirlenmesi önerilebilir. Bunun yanı sıra ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek amacıyla Benlik korkusu ve OKB ile diğer ilişkili kavramlar arasındaki bağlantılar; geçerliği ve güvenilirliği kanıtlanmış başka ölçekler aracılığıyla incelenebilir.

Benlik Korkusunda kişinin kendi benliğine karşı sürekli şüphe duyup, olmaktan korktuğu kişiye dönüşeceğini düşünmesi kişinin kaygı duyduğu bir durum olabilmektedir. Anksiyete türü bir rahatsızlık olan obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) egodistonik olması açısından benlik korkusuyla benzerlik göstermektedir. Her iki durumda da kişi kendi davranışlarını, düşüncelerini ve tutumlarını kabul edilemez, kişiliğinin tamamıyla uyumsuz, kendine yabancı şeyler olarak değerlendirebilmektedir. Bu sebeplerden dolayı kişinin bu korkularını yenip hayata karşı daha olumlu bir bakış açısı geliştirmesi için ilk olarak kendi benlik korkularının farkında olmasının

önemli olduğu öngörülebilir. Literatüre bakıldığında bu kavramın çok yeni olduğu görülmektedir ve bu açıdan Benlik Korkusu Ölçeği'nin (BKÖ) Türkçe uyarlama çalışmasının önemli olduğu söylenebilir.

#### Kaynakça

- Aardema, F., Moulding, R., Radomsky, A. S., Doron, G., Allamby, J., & Souki, E. (2013). Fear of self and obsessiveness: development and validation of the fear of self questionnaire. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 2(3), 306-315.
- Ağargün, M., Beşiroğlu, L., Y., Boysan, M., Eryonucu, B., Güleç, M., & Selvi, Y. (2005). Obsesif-kompulsif belirtilerin değerlendirilmesi: Padua Envanteri'nin Türk toplumunda geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16, 179-189.
- Bayar, R., & Yavuz, M. (2008). Obsesif kompulsif bozukluk. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri*, 62, 185-192.
- Bayraktar, E. (1997). Obsesif-kompulsif bozukluk. *Psikiyatri Dünyası*, 1, 25-32.
- Boysan, M., Güngör, İ., Kalafat, T., & Kağan, M. (2010). Associations between academic competence and obsessive-compulsive symptoms among adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 309-313.
- Dar, R., Gangemi, A., & Mancini, F. (2015). An experimental re-examination of the inferential confusion hypothesis of obsessive-compulsive doubt. *Journal Of Behavior Therapy And Experimental Psychiatry*, 48, 90-97.
- Hocevar, D., & Marsh, H. W. (1988). A new more powerful approach to multitrait-multimethod analyses: Application of second-order confirmatory factor analysis. *Journal of Applied Psychology*, 73, 107-117.
- Karamustafalıoğlu, K. O., & Karamustafalıoğlu, N. (2000). Obsesif kompulsif bozukluk ve depresyon. *Bull Clin Psychopharmacol*, 10, 26-31.
- Marsh, H. W., Balla, J. R. ve McDonald, R. P. (1988). Goodness-of-fit indexes in confirmatory factor analysis: The effect of sample size. *Psychological Bulletin*, 103, 391-410.
- Öner, P., & Aysev, A. (2001). Çocuk ve ergenlerde obsesif kompulsif bozukluk. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 10(11), 409-411.
- Purdon, C., & Clark, D. A. (1999). Metacognition and obsessions. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 6, 102-110.
- Tezbaşaran, A. A. (1996). *Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.