



*The Journal of Academic Social Science Studies*

**JASSS**

*International Journal of Social Science*

*Doi number: <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2906>*

*Number: 36 , p. 505-511, Summer II 2015*

**Yayın Süreci**

Yayın Geliş Tarihi

11.05.2015

Yayınlanma Tarihi

20.08.2015

## **BEDENİ BEĞENME ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

*THE VALIDITY AND RELIABILITY OF TURKISH VERSION OF THE BODY  
APPRECIATION SCALE*

*Gazanfer ANLI*

*Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Doktora Öğrencisi*

*Ahmet AKIN*

*Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*

*Anabilim Dalı*

*Halime EKER*

*Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Doktora Öğrencisi*

*Öğr. Gör. Basri ÖZÇELİK*

*Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*

*Anabilim Dalı*

### **Özet**

Bu araştırmanın amacı Bedeni Beğenme Ölçeği'nin (BBÖ; Tylka & Wood-Barcalow, 2015) Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir. 5'li Likert türü bir ölçme aracı olan BBÖ 10 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar araştırmada tamamen gönüllü olarak yer almıştır. Araştırma 205 öğretmen üzerinde yürütülmüştür. İlk aşamada ölçeğin İngilizce formu, iyi düzeyde İngilizce bilen 3 öğretim elemanı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve Türkçe formlar geri tercüme edilerek Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Daha sonra Türkçe form eğitim bilimleri bölümünden iki akademisyen tarafından gözden geçirilerek bazı düzeltmeler yapıldıktan sonra geçerlik ve güvenilirlik analizleri için hazırlanmıştır.

Bu çalışmada Bedeni Beğenme Ölçeği'nin geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Bedeni Beğenme Ölçeği'nin güvenilirliği iç tutarlık, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ile incelenmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 13.0 ve LISREL 8.54 programları kullanılmıştır.

Ölçeğin madde toplam korelasyonu katsayıları .31 ile .76 arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ( $\chi^2= 72.46$ ,  $sd= 33$ ,  $RMSEA=.077$ ,  $CFI=.98$ ,  $IFI=.98$ ,  $RFI=.95$ ,  $GFI=.93$ ,  $SRMR=.045$ ). BBÖ'nün iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar BBÖ'nün Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu, bireylerin bedeni beğenme düzeylerini değerlendirmede geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Bedeni Beğenme, Beden İmgesi, Geçerlik, Güvenirlik, Uyarılama

### Abstract

This study investigated the validity and reliability of the Turkish version of the Body Appreciation Scale (BAS; Tylka & Wood-Barcalow, 2015). The scale contains 10 with each item rated on a 5-point Likert-type scale. Participants voluntarily participated in research. The sample of study consists of 205 teachers. Primarily the BAS was translated into Turkish by three academicians. The Turkish form was back-translated into English and the consistency between the Turkish and English forms was examined. Then Turkish form has been reviewed by two academicians from educational sciences department. Finally they discussed the Turkish form and along with some corrections the scale was prepared for validity and reliability analyses.

In this study, confirmatory factor analysis (CFA) was executed to confirm the original scale's structure in Turkish culture. As reliability analysis Cronbach alpha internal consistency coefficients and the item-total correlations were calculated. Data were analyzed using SPSS 13.0 and LISREL 8.54 package programs. Fit index values of the uni-dimensional body appreciation model were:  $\chi^2= 72.46$ ,  $sd= 33$ ,  $RMSEA=.077$ ,  $CFI=.98$ ,  $IFI=.98$ ,  $RFI=.95$ ,  $GFI= .93$ ,  $SRMR= .045$ . The internal consistency reliability coefficient of the scale was found as .88. Also the corrected item-total correlations ranged from .31 to .76. Overall findings demonstrated that this scale had high validity and reliability scores and that it may be used as a valid and reliable instrument in order to assess body appreciation levels of individuals.

**Key Words:** Body Appreciation, Body Image, Validity, Reliability, Adaptation

## GİRİŞ

Beden imgesi; bireyin kendi bedeni hakkındaki algı, düşünce, duygu ve davranış örüntülerini içeren çok boyutlu karmaşık bir yapıdır (Avalos, Tylka, & Wood-Barcalow, 2005; Cash, Jakatdar, & Williams, 2004). Araştırmalar, olumsuz beden imgesinin düşük öz-saygı, ince bir bedene sahip olma baskısı hissetme gibi bireysel, kültürel, ailesel ve kişilerarası yordayıcıları ile bunun sonuçları olarak sayılabilecek yeme bozuklukları, olumsuz duygulanım, sosyal anksiyete ve kısıtlanma gibi durumlara odaklanmıştır (Cash & Fleming, 2002; Powell & Hendricks, 1999; Stice, 2002; Tylka & Subich, 2004; Wiederman, 2002). Bununla birlikte son yıllarda beden imgesi konusunda yapılan çalışmaların, olumlu beden deneyimine karşı artan bir ilgi ve dikkati söz konusudur. Olumlu beden imgesi, medya tarafından şekillenen toplumsal ideallerle örtüşmesine de kişinin bedeninin sergilediği işlevlerden memnun olması ile açıklanır (Grabe, Ward, & Hyde, 2008; Want, 2009).

Olumlu beden imgesi kavramı operasyonel hale getirilip "bedeni beğenme" olarak tanımlanmıştır (Avalos ve diğerleri, 2005). Bedeni beğenme; bireyin bedeni ile ilgili olumlu fikirleri olması, bedeninin asıl şekil, genişlik, ağırlık ve kusurlarına bakmaksızın bedenini kabul etmesi, bedenine duyduğu saygının bir göstergesi olarak sağlığı ile ilgilenmesini içerir (Wood-Barcalow, Tylka & Augustus-Horvath, 2010). Bedeni beğenme kavramı ile ilgili cinsiyet değişkeni temel alınarak birçok araştırma yapılmıştır. Bedeni beğenme; kadınların özsaygı, iyimserlik, yaşam doyumu, olumlu duygulanım, proaktif başa çıkma gibi psikolojik iyi olma yapıları ile pozitif (Avalos ve diğerleri, 2005; Swami, Airs, Chouhan, Leon, & Towell, 2008); olumsuz duygulanım, nörotisizm, aşırı mükemmeliyetçilik, zayıf olma idealini içselleştirme, gerçekçi olmayan güzellik idealleri ve bağlanma anksiyetesi gibi psikolojik sıkıntılarla negatif ilişkilidir (Avalos ve diğerleri, 2005; Holmqvist & Friesén, 2012; Iannantuono & Tylka, 2012; Swami, Hadji-Michael, & Furnham, 2008; Swami ve diğerleri, 2012; Tylka & Kroon Van Diest, 2013). Davranışsal olarak bedeni beğenme; kadınların içgüdüsel yemek yeme (Augustus-

Horvath & Tylka, 2011), cinsel dürtü ve doyum (Satinsky, Reece, Dennis, Sanders, & Bardzell, 2012) ile pozitif, estetik ameliyatı olma (Swami, 2009), incelmek için çabalama (Swami ve diğerleri, 2012), yeme bozukluğu semptomatolojisi (Avalos ve diğerleri, 2005) ile negatif ilişkilidir. Ayrıca yüksek bedeni beğenme düzeyine sahip bayanların bedenlerini güzelleştirmek adına daha az yatırım yaptığı bulunmuştur (Halliwell, 2013). Erkeklerde bedeni beğenme; psikolojik iyi olma, öz-saygı, araçsallık, yaşam doyumu, olumlu duygulanım ile pozitif; nörotisizm ve olumsuz duygulanım ile negatif yönlü ilişkili bulunmuştur (Swami, Hadji-Michael, & Furnham, 2008; Swami, Stieger ve diğerleri, 2008; Tylka & Kroon Van Diest, 2013). Davranışsal olarak ise erkeklerin bedeni beğenme olgusu, içgüdüsel yemek yeme ile pozitif, yeme bozukluğu semptomatolojisi ve medya kullanımı ile negatif ilişkilidir (Swami, Hadji-Michael, & Furnham, 2008; Tylka & Kroon Van Diest, 2013).

Farkındalık gibi öz-kabule odaklanan ve psikolojik iyi olmayı yükseltmeyi amaçlayan terapötik teknikler bedeni beğenmeyi arttırmak için uygun bir şekilde kullanılmaktadır (Stewart, 2004). Farkındalık müdahaleleri olumlu beden imajı geliştirme noktasında henüz tam anlamıyla değerlendirilmese de negatif beden imgesinin ve sorunlu yeme davranışlarının azaltılmasında önemli bir rol oynadığına dair ortaya çıkan kanıtlar bulunmaktadır (Alberts, Thewissen, & Raes, 2012). Bu araştırmanın amacı Tylka ve Wood-Barcalow (2015) tarafından geliştirilen Bedeni Beğenme Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapmaktır.

## YÖNTEM

### Çalışma Grubu

Bedeni Beğenme Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik analizleri İstanbul'da görev yapan 205 ilkököl, ortaokul ve lise öğretmeni üzerinde gerçekleştirilmiştir. 83'ü erkek, 122'si bayan öğretmenden oluşan bu grubun yaş ortalaması 38,8'dir. Ölçeğin orijinalinde özel bir yaş grubu belirlenmediğinden geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yararlı olabilmesi için kültür ve olgunluk düzeyi yüksek olduğu düşünülen öğretmenler tercih edilmiştir.

### Veri Toplama Aracı

Bedeni Beğenme ölçeği (BBÖ; Tylka, & Wood-Barcalow, 2015). 5'li Likert (1 asla- 5 her zaman) türü bir ölçme aracı olan BBÖ 10 maddeden oluşmakta ve katılımcılardan her bir maddede yer alan açıklamaya katılma oranlarını belirlemeleri istenmektedir. Ölçeğin orijinali için yapılan üç ayrı çalışmada üniversite ve çevrimiçi topluluktan seçilen 820 kadın, 767 erkek yer almıştır. Ölçekte yer alan tüm maddelerin puanları toplanarak toplam bir bedeni beğenme puanı elde edilebilmektedir. Ters kodlanan madde bulunmayan ölçekteki puanların ranjı 10 ile 50 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin bedeni beğenme düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. BBÖ'nün iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı kadınlar için .94 erkekler için .93, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise hem kadın hem de erkekler için .90 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar BBÖ'nün Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

### İşlem

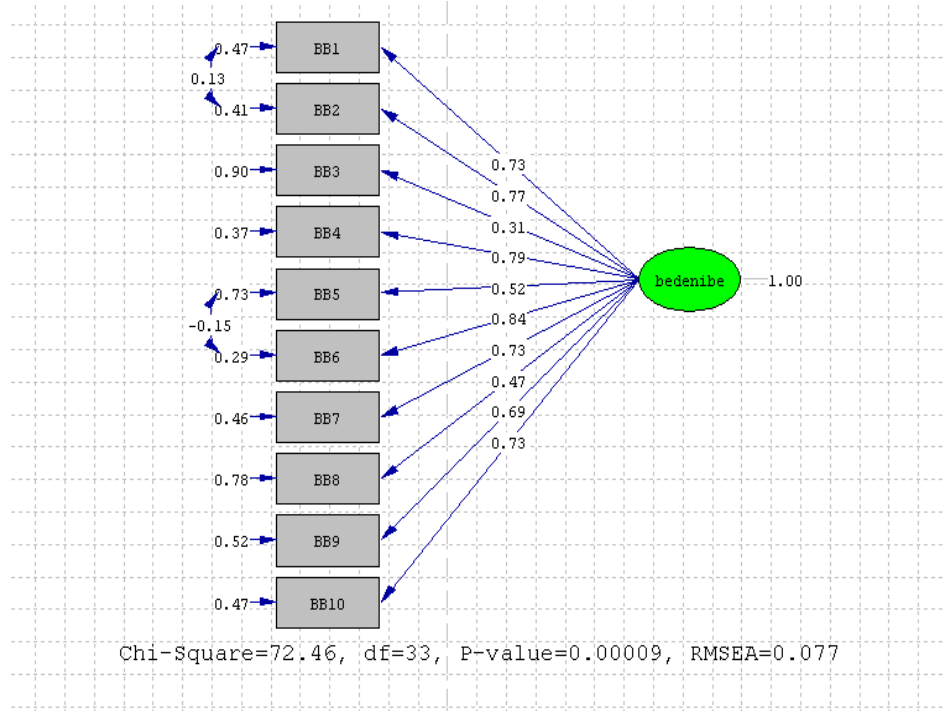
Bedeni Beğenme Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması sürecinde öncelikle ölçeği geliştiren Tracy L. Tylka ve Nichole L. Wood-Barcalow ile elektronik posta yoluyla iletişim kurulmuş ve ölçeğin uyarlanabileceğine ilişkin gerekli izin alınmıştır. İlk aşamada ölçeğin İngilizce formu, iyi düzeyde İngilizce bilen 3 öğretim elemanı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve Türkçe formlar geri tercüme edilerek Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Daha sonra

Türkçe form eğitim bilimleri bölümünden iki akademisyen tarafından gözden geçirilmiştir. Daha sonra Türkçe form eğitim bilimleri bölümünden iki akademisyen tarafından gözden geçirilerek bazı düzeltmeler yapıldıktan sonra geçerlik ve güvenilirlik analizleri için hazırlanmıştır. Bedeni Beğenme Ölçeği'nin geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Bedeni Beğenme Ölçeği'nin güvenilirliği iç tutarlık, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ile incelenmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 13.0 ve LISREL 8.54 (Jöreskog & Sorbom, 1996) programları kullanılmıştır.

## BULGULAR

### Yapı Geçerliği

Doğrulayıcı Faktör Analizi. BBÖ'nün yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır. Yapılan DFA'da modelin uyum indeksi değerleri:  $\chi^2=72.46$ ,  $sd=33$ ,  $RMSEA=0.077$ ,  $CFI=0.98$ ,  $IFI=0.98$ ,  $RFI=0.95$ ,  $GFI=0.93$ ,  $SRMR=0.045$  olarak bulunmuştur. Ancak madde 1-2. ve madde 5-6. arasında ikili hata kovaryansı eklenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizine ait faktör yükleri Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1. Bedeni Beğenme Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri

### Madde Analizi ve Güvenirlik

BBÖ'nün maddelerinin ayırt etme gücünü belirlemek amacıyla yapılan madde analizi sonucunda, düzeltilmiş madde-test korelasyonlarının .31 ile .76 arasında sıralandığı görülmüştür. BBÖ'nün iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. BBÖ Düzeltmiş Madde-test Korelasyonları

Madde no	r <sub>xx</sub>	Madde no	r <sub>xx</sub>
----------	-----------------	----------	-----------------

Madde no	rjx	Madde no	rjx
1	,668	6	,758
2	,719	7	,675
3	,305	8	,459
4	,752	9	,645
5	,457	10	,700

### Tartışma

Bu çalışmada Tylka ve Wood-Barcalow (2015) tarafından geliştirilen Bedeni Beğenme Ölçeği'nin (BBÖ) Türkçeye uyarlanması ve Türkçe formun geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi amaçlanmıştır. BBÖ'nün yapı geçerliği DFA ile incelenmiştir. Faktör analizi olarak DFA için uyum indeksi sınırları göz önüne alındığında, modelin iyi uyum verdiği söylenebilir (Hu ve Bentler, 1999). Araştırmalarda kullanılacak ölçme araçları için öngörülen güvenilirlik düzeyinin .70 olduğu (Tezbaşaran, 1996) dikkate alınır, ölçeğin güvenilirlik düzeyinin yeterli olduğu söylenebilir. Yapılan madde analizi sonucunda ölçeğin madde-toplam korelasyon katsayılarının .30 ölçütünü (Büyüköztürk, Akgün, Kahveci, ve Demirel, 2004) karşıladığı göz önüne alındığında, madde toplam korelasyon katsayılarının yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgulara göre ölçeğin kullanıma hazır olduğu belirtilebilir.

Ölçeğin dilsel eşdeğerlik, test tekrar-test güvenilirliğinin incelenmesi ilerideki çalışmalar için oldukça önemlidir. Ayrıca ergenler gibi farklı grupların oluşturduğu daha büyük bir örneklem grubu ile çalışma yapılması ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği için önemlidir. Ayrıca bu ölçeğin kullanılacağı araştırmaların yapılması, ölçme gücüne önemli katkılar sağlayacaktır. Son olarak ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek amacıyla, bedeni beğenme ile ilişkili olabilecek çeşitli psikolojik ve bilişsel yapıları (kontrol odağı, depresyon, stresle başa çıkma, psikolojik iyi olma, öz-duyarlık gibi) değerlendiren, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış ölçeklerle BBÖ arasındaki ilişkiler incelenebilir.

Türkçeye uyarlanan BBÖ araştırmacılara ve psikolojik danışmanlara bireylerin kendi bedenleri ile ilgili olumsuz tutumları yönetebilmeye ilgili beceri düzeylerinin belirlenmesinde ve bu düzeyleri geliştirebilmelerinde yardımcı olacaktır. Sonuç olarak Türkçe'ye uyarlanan BBÖ'nün bireylerin bedeni beğenme tutumlarını ölçebileceğini göstermektedir.

### KAYNAKÇA

- Alberts, H. J. E. M., Thewissen, R., & Raes, L. (2012). Dealing with problematic eating behavior. The effects of a mindfulness-based intervention on eating behavior, food, cravings, dichotomous thinking and body image concerns. *Appetite*, 58, 847-851.
- Augustus-Horvath, C. L., & Tylka, T. L. (2011). The acceptance model of intuitive eating: A comparison of women in emerging adulthood, early adulthood, and middle adulthood. *Journal of Counseling Psychology*, 58, 110-125.
- Avalos, L. C., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2, 285-297.

- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö., Kahveci, Ö. ve Demirel, F. (2004). GÜDÜLENME VE ÖĞRENME STRATEJİLERİ ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE FORMUNUN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 4(2), 207-239.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). Body image and social relations. In T. F. Cash, & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (s. 277- 286). New York: Guilford Press.
- Cash, T. F., Jakatdar, T. A., & Williams, E. F. (2004). The Body Image Quality of Life Inventory: Further validation with college men and women. *Body Image*, 1, 279-287.
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134, 460-476.
- Halliwell, E. (2013). The impact of thin idealized media images on body dissatisfaction: Does body appreciation protect women from negative effects? *Body Image*, 10, 509-514.
- Holmqvist, K., & Frisén, A. (2012). I bet they aren't that perfect in reality: Appearance ideals viewed from the perspective of adolescents with a positive body image. *Sex Roles*, 9, 388-395.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Iannantuono, A. C., & Tylka, T. L. (2012). Interpersonal and intrapersonal links to body appreciation in college women: An exploratory model. *Body Image*, 9, 227-235.
- Kroon Van Diest, A. M., & Tylka, T. L. (2010). The Caregiver Eating Messages Scale: Development and psychometric investigation. *Body Image*, 7, 317-326
- Powell, M. R., & Hendricks, B. (1999). Body schema, gender, and other correlates in nonclinical populations. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 125, 333-412.
- Satinsky, S., Reece, M., Dennis, B., Sanders, S., & Bardzell, S. (2012). An assessment of body appreciation and its relationship to sexual function in women. *Body Image*, 9, 137-144.
- Stewart, T. (2004). Light on body image treatment: Acceptance through mindfulness. *Behavior Modification*, 28, 783-811.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128, 825-848.
- Swami, V. (2009). Body appreciation, media influence, and weight status predict consideration of cosmetic surgery among female undergraduates. *Body Image*, 6, 315-317.
- Swami, V., Airs, N., Chouhan, B., Leon, M. A. P., & Towell, T. (2008). Are there ethnic differences in positive body image among female British undergraduates? *European Psychologist*, 14, 288-296.
- Swami, V., Hadji-Michael, M., & Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image*, 5, 322-325.
- Swami, V., Stieger, S., Harris, A. S., Nader, I. W., Pietschnig, J., Voracek, M., & Tovée, M. J. (2012). Further investigation of the validity and reliability of the Photographic Figure Rating Scale for body image assessment. *Journal of Personality Assessment*, 94, 404-409.
- Swami, V., Stieger, S., Haubner, T., & Voracek, M. (2008). German translation and psychometric evaluation of the Body Appreciation Scale. *Body Image*, 5, 122-127.
- Tezbaşaran, A. A. (1996). Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

- Tylka, T. L., & Kroon Van Diest, A. M. (2013). The Intuitive Eating Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation with college women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 60, 137-163.
- Tylka, T. L., & Subich, L. M. (2004). Examining a multidimensional model of eating disorder symptomatology among college women. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 314-328.
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The body appreciation scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12(1), 53-67.
- Want, S. C. (2009). Meta-analytic moderators of experimental exposure to media portrayals of women on female appearance satisfaction: Social comparisons as automatic processes. *Body Image*, 6, 257-269.
- Wiederman, M. W. (2002). Body image and sexual functioning. In T. F. Cash, & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (s. 287-294). New York: Guilford Press.
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., & Augustus-Hovarth, C. L. (2010). But I like my body: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image*, 7, 106-116.

