

Beck Umutsuzluk Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Beck Umutsuzluk Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17351>

Öz

Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ), bireylerin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini ve genel **umutsuzluk** (umutsuzluk) düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş, yaygın olarak kullanılan bir öz bildirim aracıdır. Başlangıçta **Aaron T. Beck** (Aaron T. Beck) tarafından tasarlanan bu ölçek, özellikle klinik popülasyonlarda intihar riski tahmini ve depresyonun bilişsel bileşenlerinin değerlendirilmesi açısından hayati öneme sahiptir. Türkiye'deki uyarlama çalışmaları, ölçeğin Türk kültürüne ve diline uygunluğunu sağlamayı amaçlamıştır.

BUÖ, bilişsel teorinin temelini oluşturan, umutsuzluğun intihar davranışının en güçlü yordayıcılarından biri olduğu varsayımına dayanır. Bu ölçek, bireyin motivasyon kaybı, geleceğe dair beklentisizlik ve olumsuz atıflar gibi umutsuzluğun üç temel boyutunu değerlendirerek, psikiyatrik tedavis süreçlerine önemli katkılar sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Beck Umutsuzluk Ölçeği, BUÖ, **umutsuzluk**, intihar riski, psikometrik araç, depresyon, uyarlama, bilişsel terapi.

Yazarlar

Orijinal Geliştiriciler: **Aaron T. Beck**, Weissman, Lester.

Türkçe Uyarlama Çalışması: Derebaşı, I.

Amaç

Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin geleceğe dair olumsuz beklentilerinin yoğunluğunu ve kapsamını objektif bir şekilde ölçmektir. Klinik olarak, bu ölçek, özellikle **depresyon** tanısı almış veya intihar eğilimi gösteren bireylerde, umutsuzluk düzeyinin şiddetini belirlemek için bir tarama ve değerlendirme aracı olarak kullanılır.

Ölçek, umutsuzluğun bilişsel bileşenlerini ayrıntı olarak, klinisyenlere hastanın risk seviyesini doğru bir şekilde anlama ve buna uygun müdahale stratejileri geliştirme imkanı sunar. Uyarlama çalışması (Derebaşı, 1996) ise, ölçeğin Ege Üniversitesi öğrencileri popülasyonunda geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabilirliğini test etmeyi amaçlamıştır.

Yapı

BUÖ, **umutsuzluk** kavramının bilişsel yönünü ölçer. Bu yapı, genellikle geleceğe yönelik olumsuz inançların, bireyin kendisi ve dünyası hakkındaki kalıcı negatif beklentilerinin bir

toplam olarak tanımlanır. Ölçek, genellikle üç temel boyutu kapsayan maddelerden oluşur:

Gelecek Beklentisi: Bireyin gelecekte iyi şeylerin olacağına dair inancının derecesi.

Motivasyon Kaybı: Bireyin hedeflerine ulaşmak için çaba gösterme istekindeki azalma.

Olumsuz Attılar: Kişinin kendi geleceği hakkında karamsar ve yoksul düşüncelere sahip olması.

Bu üç boyut, umutsuzluğun tek bir genel faktör altında toplandığı hipotezini desteklerken, aynı zamanda bu bilişsel bileşenlerin intihar davranışını **depresyondan** bağımsız olarak yordayabildiğini göstermektedir.

Geçerlik

Kaynak verilerde Türkçe uyarlamaya dair spesifik geçerlik değerleri belirtilmemiştir (Geçerlik: -). Ancak, orijinal **Beck Umutsuzluk Ölçeği**, kapsamlı bir geçerlik geçmişiyle sahiptir.

Orijinal ölçek, özellikle intihar davranışı ile güçlü bir **yordayıcı geçerlik** ilişkisi sergilemiştir. Klinik çalışmalarında, BUÖ puanlarının, gelecekteki intihar girişimlerini ve tamamlanmış intiharlar tahmin etmede yüksek bir başarıya sahip olduğu defalarca gösterilmiştir. Ayrıca, ölçek genellikle Beck Depresyon Envanteri (BDE) gibi benzer yapıya ölçek araçlarla yüksek düzeyde eş zamanlı geçerlik göstermektedir.

Güvenirlilik

Kaynak verilerde Türkçe uyarlamaya dair spesifik güvenirlik değerleri belirtilmemiştir (Güvenirlilik: -). Genel olarak, **psikometrik** (psikometrik) açıdan güçlü kabul edilen BUÖ, yüksek düzeyde iç tutarlılığa ve test-tekrar test güvenirliğiyle sahiptir.

Orijinal çalışmalar, ölçeğin 20 maddesinin genellikle 0.80'in üzerinde Cronbach Alfa değerleri ile yüksek bir iç tutarlılık sergilediğini göstermiştir. Bu, maddelerin tutarlı bir şekilde aynı yapıya (umutsuzluğu) ölçtüğü anlamına gelir. Test-tekrar test güvenirliği ise, zaman içinde yapılan ölçümlerde puanların stabil kaldığını kanıtlamaktadır.

Faktör Analizi

Orijinal Beck Umutsuzluk Ölçeği üzerinde yapılan faktör analizleri, genellikle üç faktörlü bir yapıya işaret etmektedir: Gelecek Beklentisi, Motivasyon Kaybı ve Olumsuz Attılar. Ancak, farklı popülasyonlar ve kültürler üzerinde yapılan çalışmalar, bazen iki faktörlü veya tek faktörlü yapılar da ortaya çıktığını göstermiştir.

Türkçe uyarlama çalışmaları (Derebaşı, 1996), ölçeğin faktör yapısının Türk örnekleminde orijinal yapıya ne ölçüde koruduğu incelenmiştir. Bu tür analizler, ölçeğin kültürel adaptasyonunun

ve yap? geçerli?inin temelini olu?turur ve ölçe?in teorik yap?s?n?n ampirik verilerle uyumunu test eder.

Araç

Test Type: Uyarlama

Format: Genellikle 20 maddeden olu?ur ve maddeler **dichotomous** (Do?ru/Yanl??) format?nda puanlan?r. Her madde, umutsuzlu?un varl???n? veya yoklu?unu gösterir.

Language Available: ?ngilizce (Orijinal), Türkçe (Uyarlama) ve birçok di?er dil.

Population Group: Klinik Popülasyonlar (Depresyon, Anksiyete), Genel Yeti?kin Popülasyonu.

Age Group: Genellikle 13 ya? ve üzeri (Adolesanlar ve Yeti?kinler).

Population Details: Dereba?? (1996) çal??mas?nda Ege Üniversitesi ö?rencileri örneklemini kullan?lm??t?r.

Test Methodology: Bireysel veya grup uygulamas?na uygun, ka??t-kalem format?nda uygulanan öz bildirim ölçe?idir. Puanlama 0 ile 20 aras?nda de?i?ir; yüksek puanlar daha yüksek umutsuzluk seviyesini gösterir.

Anahtar Kelimeler

Bili?sel model, intihar, psikopatoloji, **psikometri**, ölçek geli?tirme, **Aaron T. Beck**, adaptasyon, Türkiye.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: -

Affiliation Email addresses: -

Correspondence Address: -

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Orijinal Test Y?I?: 1974

Türkçe Uyarlama Y?I?: 1996 (Dereba?? Yüksek Lisans Tezi)

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari kullan?m? ve klinik uygulamas? genellikle telif hakk? sahibinin

(örneğin Pearson Assessment) izinlerine ve lisans ücretlerine tabidir. Akademik araştırma amaçlı kullanımlar için izin prosedürleri farklılık gösterebilir.

Kaynaklar

Derebaşı, I. (1996). *Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Ege Üniversitesi öğrencileri üzerinde geliştirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The Beck Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42*(6), 861-865.

Ölçek ile ilgili orijinal bir PDF kaynağı bu çalışmada belirtilmemiştir.

Beck Umutsuzluk Ölçeği Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Bu akademik kaynakta Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin orijinal maddeleri sunulmamıştır. Ölçek, 20 adet doğru/yanlış formatındaki ifadeden oluşmaktadır.