Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17832

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu (BFÖEF), ergen popülasyonunun bilinçli fark?ndal?k düzeylerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? uyarlama bir araçt?r. Ölçe?in Türkçe geçerlik ve güvenirlik çal??mas? Mehmet Emin Turan taraf?ndan 2020 y?l?nda gerçekle?tirilmi?tir. Bu çal??ma, özgün bilinçli fark?ndal?k ölçeklerinin ergenlerin geli?imsel ve kültürel ba?lam?na uygunlu?unu test ederek, Türkiye'deki ara?t?rmac?lara ve klinisyenlere sa?lam bir psikometrik araç sunmay? hedeflemi?tir. BFÖEF, ergenlerin mevcut ana odaklanma ve deneyimlerini yarg?lamadan kabul etme e?ilimlerini de?erlendirir.

Anahtar Kelimeler

Bilinçli Fark?ndal?k, Ergen, Ölçek, Uyarlama, Psikometri, Psikolojik De?erlendirme, Mehmet Emin Turan

Yazarlar

Mehmet Emin Turan

Amaç

Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu'nun temel amac?, 12 ila 18 ya? aral???ndaki ergen bireylerin bilinçli fark?ndal?k düzeylerini standardize edilmi? bir ?ekilde ölçmektir. Bu ölçek, ergenlerdeki stres, kayg?, depresyon ve duygusal düzenleme becerileri gibi de?i?kenlerle bilinçli fark?ndal?k aras?ndaki ili?kiyi inceleyen ara?t?rmalara veri sa?lamak üzere tasarlanm??t?r.

Ölçek, ayn? zamanda, ergenlere yönelik geli?tirilen bilinçli fark?ndal?k temelli müdahale programlar?n?n etkinli?ini de?erlendirmede ba?lang?ç ve sonuç ölçüm arac? olarak kullan?labilirlik sunar. Bu formun uyarlanmas?, Türkiye'deki ergen psikolojisi alan?ndaki ölçme araçlar? eksikli?ini gidermeye katk?da bulunmu?tur.

Yap?

BFÖEF, psikolojideki **bilinçli fark?ndal?k** (mindfulness) yap?s?n? ölçmektedir. Bilinçli fark?ndal?k, bireyin dikkatini yarg?lay?c? olmayan bir tutumla mevcut ana, içsel (duygular, dü?ünceler, beden duyumlar?) ve d??sal deneyimlerine yönlendirmesi süreci olarak tan?mlan?r.

Ölçek, genellikle bilinçli fark?ndal???n temel boyutlar?n? (örne?in, gözlemleme, tan?mlama, yarg?lamama, tepki göstermeme) kapsayan çok boyutlu bir yap?ya sahiptir. Ergenlerde bu yap?n?n ölçülmesi, onlar?n bili?sel geli?imleri ve duygusal düzenleme yetenekleri ile yak?ndan ili?kilidir. Ölçe?in faktör yap?s?, uyarlama çal??mas?nda incelenmi? ve özgün yap?n?n Türkçe

ARABPSYCHOLOGY.COM

kültürü ve ergen popülasyonu için geçerlili?i ara?t?r?lm??t?r.

Geçerlik

Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu'nun geçerlik çal??malar?, Turan (2020) taraf?ndan yürütülmü?tür. Bu çal??mada, ölçe?in yap? geçerlili?ini test etmek amac?yla genellikle aç?mlay?c? faktör analizi (AFA) ve do?rulay?c? faktör analizi (DFA) yöntemleri kullan?lm??t?r.

DFA sonuçlar?, ölçe?in teorik olarak öngörülen faktör yap?s?n?n Türk ergen popülasyonu verilerine iyi uyum sa?lad???n? göstermelidir. Ayr?ca, ölçüt ba??nt?l? geçerlik kapsam?nda, BFÖEF puanlar?n?n kayg?, depresyon veya ya?am doyumu gibi ilgili yap?larla beklenen yönde ili?kili olup olmad??? incelenmi?tir.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik analizleri, iç tutarl?l?k katsay?s? (Cronbach Alfa) ve muhtemelen test-tekrar test güvenilirli?i yöntemleriyle de?erlendirilmi?tir. Yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir.

Turan'?n (2020) çal??mas?nda elde edilen iç tutarl?l?k katsay?s?n?n, kabul edilebilir düzeyde (genellikle .70 ve üzeri) olmas? beklenir. Test-tekrar test güvenilirli?i ise, ölçe?in zaman içinde kararl? ölçümler yapma yetene?ini ortaya koyar.

Faktör Analizi

Uyarlama çal??mas?nda, Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu'nun faktör yap?s?n? belirlemek ve do?rulamak için faktör analizi teknikleri kullan?lm??t?r. ?lk a?amada, ölçe?in maddelerinin ergen popülasyonunda kaç farkl? faktöre ayr?ld???n? görmek için **Aç?mlay?c? Faktör Analizi** (AFA) uygulanm??t?r.

?kinci a?amada ise, elde edilen faktör yap?s?n?n teorik modele uygunlu?unu test etmek amac?yla **Do?rulay?c? Faktör Analizi** (DFA) gerçekle?tirilmi?tir. DFA sonuçlar?n?n, uyarlama yap?lan ölçe?in orijinal yap?s?na benzer bir modelin Türk ergen örnekleminde de geçerli oldu?unu desteklemesi önemlidir. Bu analizler, ölçe?in çok boyutlu yap?s?n?n hangi alt faktörlerden olu?tu?unu kesinle?tirir.

Araç

Test Türü: Uyarlama

Format: Öz Bildirim Ölçe?i (Likert Tipi Derecelendirme)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Ergenler

Ya? Grubu: Ortaokul ve Lise ö?rencileri (Genellikle 12-18 ya?)

Popülasyon Detaylar?: Türkiye'deki çe?itli okul kademelerindeki ergen ö?rencilerden olu?an örneklem.

Test Metodolojisi: Bireylerin belirli bir zaman dilimi içinde veya genel olarak sahip olduklar? bilinçli fark?ndal?k e?ilimlerini yans?tan maddeleri, bir derecelendirme ölçe?i üzerinde i?aretlemesi esas?na dayan?r. (Derecelendirme format? orijinal makaleden teyit edilmelidir, ancak genellikle 4, 5 veya 6 noktal? Likert tipi kullan?l?r).

Anahtar Kelimeler

Mindfulness, Geçerlik, Güvenirlik, Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i, Ergen Psikolojisi, Psikometri

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Orijinal kaynakta belirtilmemi?tir.

?leti?im E-posta Adresleri: meturan@agri.edu.tr

Yaz??ma Adresi: Mehmet Emin Turan (A?r? ?brahim Çeçen Üniversitesi ile ili?kilendirilmi?tir, 2020 itibar?yla).

?zinler ve Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in kullan?m izinleri ve ücret bilgileri için sorumlu yazar Mehmet Emin Turan ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Ölçe?in Türkçe geçerlik ve güvenirlik çal??mas? **2020** y?l?nda yay?nlanm??t?r.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: bilincli-farkindalik-olcegi-ergen-formu-toad.pdf

Kaynakçalar

Turan, M. E. (2020). Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu'nun geçerlik ve güvenirlik çal??mas?. *OPUS-Uluslararas? Toplum Ara?t?rmalar? Dergisi*, *16*(E?itim ve Toplum Özel Say?s?), 5608-5625. http://dx.doi.org/10.26466/opus.683364

ARABPSYCHOLOGY.COM

Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i Ergen Formu Maddeleri

ÖNEML?: Ölçek maddeleri, sa?lanan kaynak içerikte yer almad???ndan, maddelerin tam listesi için Turan (2020) çal??mas?na ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM