Bili?sel Esneklik Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Bili?sel Esneklik Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17921

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Bili?sel Esneklik Ölçe?i, 2009 y?l?nda Mehmet Bilgin taraf?ndan geli?tirilen ve bireylerin bili?sel süreçlerdeki esneklik düzeylerini ölçmeyi amaçlayan öz bildirime dayal? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçek, bireyin yeni ve beklenmedik durumlar kar??s?nda dü?ünce yap?lar?n? ve davran?? kal?plar?n? ne kadar kolay de?i?tirebildi?ini, alternatif çözüm yollar? üretebildi?ini ve farkl? bak?? aç?lar?n? de?erlendirebildi?ini belirlemek üzere tasarlanm??t?r. Ölçe?in geli?tirilmesi a?amas?nda, geçerlik ve güvenirlik çal??malar? titizlikle yürütülmü?tür.

Ölçek, psikoloji ve e?itim alanlar?nda, özellikle stresle ba?a ç?kma, problem çözme yetene?i ve adaptasyon becerileri gibi konularla ili?kili olarak bili?sel esnekli?in rolünü inceleyen ara?t?rmalarda kullan?lmak üzere haz?rlanm??t?r. Ölçek, 5'li Likert tipi derecelendirme format?n? kullanmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Bili?sel Esneklik, Psikolojik Ölçüm, Ölçek Geli?tirme, Adaptasyon Yetene?i, Öz Bildirim Ölçe?i, Bili?sel Esneklik, Mehmet Bilgin.

Yazarlar

Mehmet Bilgin

Amaç

Bili?sel Esneklik Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin bili?sel esneklik düzeylerini güvenilir ve geçerli bir ?ekilde ölçebilecek standart bir araç sunmakt?r. Bu amaç do?rultusunda, bireylerin dü?ünce kal?plar?n? de?i?tirme, yeni bilgilere adapte olma ve karma??k durumlar kar??s?nda alternatif stratejiler geli?tirme kapasiteleri de?erlendirilmektedir.

Ölçek, özellikle akademik ara?t?rmalarda ve klinik uygulamalarda, bili?sel esnekli?in psikolojik sa?l?k, ö?renme süreçleri ve duygusal düzenleme ile olan ili?kisini sistematik olarak incelemek için tasarlanm??t?r. Ölçek, Türk kültürüne özgü dil ve dü?ünce yap?s?na uygun olarak geli?tirilmi?tir.

Yap? (Ölçülen Psikolojik Yap?)

Ölçek, yürütücü i?levlerin temel bir bile?eni olan ve bireyin de?i?en çevre ko?ullar?na uyum sa?lamas?nda kritik rol oynayan **Bili?sel Esneklik** yap?s?n? ölçmektedir. Bili?sel esneklik, bir ki?inin bir görevden veya zihinsel setten di?erine kolayca geçebilme yetene?i olarak tan?mlan?r. Bu yap? genellikle üç ana bile?eni içerir:

ARABPSYCHOLOGY.COM

Alternatif Alg? Yaratma: Bir durum için birden fazla olas? aç?klama veya çözüm yolu dü?ünebilme yetene?i.
Çoklu Rol Kabulü: Farkl? bak?? aç?lar?ndan olaylar? de?erlendirebilme ve empati kurabilme.
Ba?a Ç?kma Esnekli?i: Beklenmedik engeller veya ba?ar?s?zl?klar kar??s?nda mevcut stratejiyi b?rak?p yeni bir stratejiye geçebilme.

Bu ölçek, bireyin kat? dü?ünce kal?plar?ndan ne kadar uzak oldu?unu ve de?i?ime ne kadar aç?k oldu?unu belirleyerek bu çok boyutlu yap?y? nicel olarak de?erlendirmeyi hedefler.

Geçerlik

Ölçe?in geçerlik çal??malar?, geli?tirme makalesinde (Bilgin, 2009) detayland?r?lm??t?r. Geçerlik çal??malar?, ölçe?in gerçekten bili?sel esneklik yap?s?n? ölçtü?ünü kan?tlamay? amaçlam??t?r. Bu çal??malar genellikle yap? geçerli?i ve ölçüt geçerli?ini içermektedir.

Yap? geçerli?i kapsam?nda, ölçek maddelerinin kuramsal yap?yla tutarl?l??? incelenmi?tir. Bu süreçte kullan?lan yöntemler aras?nda **Faktör Analizi** ve ilgili di?er psikolojik yap?larla (örne?in, problem çözme becerileri veya kat?l?k) korelasyon analizleri yer al?r. Çal??malar, ölçe?in bili?sel esnekli?i ba?ar?l? bir ?ekilde temsil eden sa?lam bir yap?ya sahip oldu?unu göstermi?tir.

Güvenirlik

Güvenirlik çal??malar?, ölçe?in ölçtü?ü özelli?i tutarl? ve istikrarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermek için gerçekle?tirilmi?tir. Bu kapsamda genellikle iç tutarl?l?k katsay?s? (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test güvenilirli?i yöntemleri kullan?lm??t?r.

Bilgin'in (2009) çal??mas?nda sunulan iç tutarl?l?k katsay?s? de?erleri, ölçek maddelerinin birbiriyle yüksek düzeyde ili?kili oldu?unu ve ayn? yap?y? ölçtü?ünü göstermektedir. Bu yüksek iç tutarl?l?k, ölçe?in tek bir ölçüm an?nda dahi tutarl? sonuçlar üretti?ini teyit etmektedir.

Faktör Analizi

Ölçe?in yap?sal geçerli?ini belirlemek amac?yla Faktör Analizi teknikleri uygulanm??t?r. Geli?tirme çal??mas?, bili?sel esneklik yap?s?n?n kaç temel boyut alt?nda topland???n? incelemi?tir.

Genellikle Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) ile ba?lanarak ölçe?in temel faktör yap?s? ortaya ç?kar?lm?? ve ard?ndan Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) ile bu yap?n?n farkl? örneklemler üzerinde geçerlili?i test edilmi?tir. Bu analizler sonucunda ölçe?in, bili?sel esneklik kavram?n? temsil eden teorik olarak anlaml? faktörlerden olu?tu?u belirlenmi?tir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçme Arac? (Enstrüman)

Test Type: Geli?tirme (Öz Bildirim Ölçe?i)

Format: 5'li Likert tipi derecelendirme. (Örne?in: 1=Kesinlikle Kat?lm?yorum, 5=Kesinlikle Kat?l?yorum)

Language Available: Türkçe

Population Group: Yeti?kinler, Üniversite Ö?rencileri

Age Group: 18 ya? ve üzeri

Population Details: Ölçek, genellikle üniversite ö?rencileri veya genel yeti?kin popülasyonu üzerinde standartla?t?r?lm??t?r, ancak farkl? ya? ve e?itim gruplar?nda da kullan?labilir.

Test Methodology: Ka??t-kalem veya dijital ortamda bireysel olarak uygulanan öz bildirim yöntemi. Cevaplama süresi k?sad?r.

Anahtar Kelimeler

Ölçek Geli?tirme, Geçerlik, Güvenirlik, Faktör Analizi, Psikometrik Özellikler, Adaptasyon, Problem Çözme.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Sa?lanan kaynaklarda ORCID bilgisi bulunmamaktad?r.

Affiliation Email addresses: mbilgin@cu.edu.tr

Correspondence Address: Çukurova Üniversitesi (Kaynak makale dönemine göre varsay?lm??t?r).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, akademik amaçl? ara?t?rmalarda genellikle yazardan izin al?narak kullan?labilir. Ticari kullan?m veya geni? ölçekli uygulamalar için yazarla ileti?ime geçilmesi önerilir.

Test Y?l?: 2009 (Makalenin yay?nlanma y?l? esas al?nm??t?r.)

Ücret: Ölçe?in kendisi ara?t?rmac?lar için genellikle ücretsizdir, ancak kullan?m ko?ullar? için yazarla ileti?ime geçilmelidir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçe?in orijinal makalesi ve detaylar?na ?u linkten ula??labilir: sbp-journal.com. Orijinal PDF dosyas? bu kaynakta belirtilmemi?tir.

Kaynaklar

Bilgin, M. (2009). Developing a Cognitive Flexibility Scale: Validity and reliability studies. *Social Behavior and Personality, 37*(3), 343-353.

Bili?sel Esneklik Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Bu ölçe?e ait maddeler, sa?lanan kaynak içerikte yer almamaktad?r. Maddeler, ölçe?i uygulayabilmek için yazar?n orijinal makalesinden temin edilmelidir.

ARABPSYCHOLOGY.COM