

Bireysel Güç Kontrol Listesi

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Bireysel Güç Kontrol Listesi*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18010>

Özet

Bireysel Güç Kontrol Listesi (BGKL), özgün adı Checklist Individual Strength (CIS) olan ölçeğin Türkçe uyarlamasıdır. Bu ölçek, bireylerin algıladığı gücü ve bununla ilişkili olan yorgunluk seviyelerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması, özellikle **kas-iskelet sistemi fizyoterapi** hastaları üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçek, 20 maddeden ve dört alt faktörden oluşmakta olup, klinik ve araştırma ortamlarında yorgunluk şiddetini ve bireysel kaynakların durumunu ölçmek için önemli bir araç olarak kabul edilmektedir.

Anahtar Kelimeler

Yorgunluk, Bireysel Güç, CIS, Uyarlama, Kas-İskelet Sistemi, Psikometri, Güvenirlik, Geçerlik.

Yazarlar

Gülbin Ergin, Yildirim, Y.

Amaç

Bireysel Güç Kontrol Listesi'nin temel amacı, bireylerin öznel olarak deneyimlediği yorgunluk düzeyini ve bireysel güç kaynaklarının durumunu kapsamlı bir şekilde ölçmektir. Ölçek, özellikle kronik yorgunluğun ve fiziksel aktivite kısıtlılıkları yaygın olduğu klinik popülasyonlarda, bu durumların şiddetini ve doğasını belirlemeyi hedefler. Türk kültürüne uyarlanan bu versiyonun amacı, **Türkçe konu alan popülasyonda** geçerli ve güvenilir bir yorgunluk değerlendirme aracı sağlamaktır.

Yapı

BGKL, bireysel gücün ve yorgunluğun çok boyutlu bir yapı olduğunu varsayar ve bu yapıyı dört ana faktör altında inceler. Bu faktörler, fiziksel ve zihinsel ilevselilik ile duygusal durumu kapsar. Ölçek, özellikle **öznel yorgunluk**, konsantrasyon zorlukları, motivasyon eksikliği ve fiziksel aktivite kısıtlılığı gibi temel bileşenleri ölçerek, yorgunluğun farklı yönlerini ayrıntılı olarak inceleyebilir. Ölçek, bireysel gücün ve yorgunluğun çok boyutlu bir yapı olduğunu varsayar ve bu yapıyı dört ana faktör altında inceler. Bu faktörler, fiziksel ve zihinsel ilevselilik ile duygusal durumu kapsar. Ölçek, özellikle **öznel yorgunluk**, konsantrasyon zorlukları, motivasyon eksikliği ve fiziksel aktivite kısıtlılığı gibi temel bileşenleri ölçerek, yorgunluğun farklı yönlerini ayrıntılı olarak inceleyebilir.

Geçerlik

Ölçeğin yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla uyarlama çalışması sırasında Temel Bileşen Analizi (TBA) yapılmıştır. Analiz sonuçları, ölçeğin orijinal yapısına uygun olarak **20 maddeden** ve **4 faktörden** oluştuğunu doğrulamıştır. Bu faktör yapısının, kas-iskelet sistemi fizyoterapi hastalarında geçerli bir yorgunluk değerlendirmesi sağladığı gösterilmiştir. Geçerlik çalışmaları, ölçeğin ölçmeyi amaçladığı yapıyı başarıyla bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir.

Güvenirlilik

Bireysel Güç Kontrol Listesi'nin güvenilirli?i, iç tutarlılık ve test-tekrar test yöntemleriyle kapsamlı bir şekilde de?erlendirilmi?tir. Toplam ölçek için iç tutarlılık güvenirlili?i, **Cronbach'?n α** de?eri ile 0.87 olarak bulunmu?tur, bu da ölçe?in genel olarak yüksek bir iç tutarlılığa sahip oldu?unu göstermektedir.

Alt ölçekler için iç tutarlılık de?erleri ise de?işkenlik göstermi?tir:

Öznel Yorgunluk Bile?eni için: **0.85**

Konsantrasyon Bile?eni için: **0.72**

Motivasyon Bile?eni için: **0.42**

Fiziksel Aktivite Bile?eni için: **0.48**

Özellikle motivasyon ve fiziksel aktivite alt ölçeklerinin iç tutarlılık de?erlerinin düşük olması (0.50'nin altında), bu alt ölçeklerin klinik uygulamada dikkatle yorumlanması gerekti?ini i?aret etmektedir. Test-tekrar test güvenilirli?i de de?erlendirilmi? olsa da, bu çal??mada spesifik katsay?lar belirtilmemi?tir.

Faktör Analizi

Ölçe?in faktör yap?sın? do?rulamak amacıyla kullanılan **Temel Bile?en Analizi**, 20 maddenin dört ana faktör altında toplandı??n? göstermi?tir. Bu dört faktörlü yapı, özgün ölçe?in teorik yap?sın? desteklemektedir. Faktörlerin belirlenmesi, ölçe?in çok boyutlu yorgunluk yap?sın? ölçme yetene?ini peki?tirmektedir.

Araç

Test Tipi: Uyarlama

Format: 20 maddeden olu?an bir öz bildirim anketidir. Derecelendirme 7'li Likert Tipi bir ölçek kullan?larak yapılmaktadır.

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Klinik Popülasyon

Age Group: Belirtilmemi? (Uyarlama çal??ması yeti?kin popülasyon üzerinde yapılm??tır.)

Population Details: Kas-iskelet sistemi fizyoterapi hastalar?.

Test Methodology: Bireylerin kendi alg?larını yansıttı?? **öz bildirim** yöntemi kullan?lmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Yorgunluk Değerlendirmesi, Fiziksel Aktivite, Öznel Yorgunluk, Motivasyon, Konsantrasyon, Psikolojik Değerlendirme, Ölçek Geliştirme.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilgi mevcut değildir.

Affiliation Email addresses: Bilgi mevcut değildir.

Correspondence Address: İletişim e-posta adresi: gulbin_ergin@hotmail.com

İzinler, Ücret ve Test Yolu

Ölçeğin uyarlama çalışması 2012 yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin kullanımı ve izinler konusunda sorumlu yazar Gülbin Ergin ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. İletişim bilgileri yukarıda belirtilmiştir.

Ölçek ile ilgili makaleye erişim bağlantısı: proxy2.marmara-elibrary.com

Ölçeğin orijinal PDF'i burada indirilebilir: [checklist-individual-strength-cis-questionnaire-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Ergin, G., & Yildirim, Y. (2012). A validity and reliability study of the Turkish Checklist Individual Strength (CIS) questionnaire in musculoskeletal physical therapy patients. *Physiotherapy Theory and Practice*, 28(8), 624-632.

Bireysel Güç Kontrol Listesi Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki derecelendirme ölçeği, katılımcıların tepkilerini ölçmek için kullanılan 7'li Likert Tipini göstermektedir. Ölçek maddeleri kaynak içerikte sağlanmamıştır.

Derecelendirme:

- 1 - Hiç Katılmıyorum
- 2 - Katılmıyorum
- 3 - Kısmen Katılmıyorum
- 4 - Kararsızım
- 5 - Kısmen Katılıyorum
- 6 - Katılıyorum

7 - Kesinlikle Kat?l?yorum

ARABPSYCHOLOGY.COM