Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18202

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i (BDDÖ), orijinal olarak Norman M. Bradburn taraf?ndan 1960'larda geli?tirilen Duygulan?m Dengesi Ölçe?i'nin (Affect Balance Scale - ABS) Türkçe diline uyarlanm?? versiyonudur. Bu ölçek, bireylerin genel psikolojik iyi olu? düzeylerini ve mutluluk alg?lar?n? de?erlendirmek amac?yla tasarlanm??t?r. Ölçe?in temel mant???, son dönemde deneyimlenen olumlu ve olumsuz duygusal durumlar?n frekans?n? ölçerek aralar?ndaki dengeyi tespit etmeye dayan?r. Okur ve Totan (2019) taraf?ndan gerçekle?tirilen uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türk kültüründe ve dili ba?lam?nda geçerlik ve güvenirlik özelliklerini incelemeyi hedeflemi?tir.

Ölçek, pozitif ve negatif duygulan?m boyutlar?n? ba??ms?z olarak ele alarak, bireyin ya?am kalitesini tek bir mutluluk ya da mutsuzluk ekseninde de?il, bu iki kutbun etkile?imi üzerinden anlamland?rmaktad?r. Bu adaptasyon çal??mas?, özellikle psikolojik iyi olu? ara?t?rmalar?nda kullan?labilecek, kültürel aç?dan geçerli ve güvenilir bir araç sunmay? amaçlamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i, Psikolojik iyi olu?, Duygulan?m Dengesi, Mutluluk, Duygulan?m, Ölçek Uyarlama, Pozitif Duygulan?m, Negatif Duygulan?m.

Yazarlar

Sinan Okur, Tuncay Totan.

Amaç

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin deneyimledikleri olumlu ve olumsuz duygusal durumlar?n göreceli frekans?n? ölçmek suretiyle, onlar?n genel psikolojik iyi olu? düzeylerini saptamakt?r. Ölçek, özellikle bireyin son zamanlarda (genellikle son birkaç hafta içinde) ya?ad??? duygusal deneyimlere odaklan?r. Bu ölçüm, sadece duygusal durumun yo?unlu?unu de?il, ayn? zamanda bu durumlar?n ne s?kl?kla ya?and???n? da belirleyerek kapsaml? bir de?erlendirme sunar.

Türkçe uyarlama çal??mas?n? gerçekle?tiren Okur ve Totan (2019), bu ölçe?i Türk örnekleminde geçerli ve güvenilir bir ölçüm arac? olarak kazand?rmay? amaçlam??t?r. Bu sayede, Türkiye'deki psikoloji ve sosyal bilimler ara?t?rmac?lar?n?n, mutluluk ve duygusal denge konular?nda uluslararas? standartlarda bir araç kullanabilmesi hedeflenmi?tir. Ölçek, klinik olmayan popülasyonlarda bireysel farkl?l?klar? anlamak ve çe?itli müdahale programlar?n?n duygusal denge üzerindeki etkilerini izlemek için kritik bir araçt?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Yap?

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i, kuramsal olarak iki ana faktör üzerine kurulmu?tur: **Pozitif Duygulan?m (Positive Affect)** ve **Negatif Duygulan?m (Negative Affect)**. Ölçe?in kurucusu Bradburn, bu iki boyutun birbirinin basit bir z?tt? olmad???n?, aksine ba??ms?z olarak i?ledi?ini öne sürmü?tür. Bu, bir bireyin ayn? anda hem yüksek düzeyde pozitif hem de yüksek düzeyde negatif duygulan?m ya?ayabilece?i anlam?na gelir.

Ölçe?in temel yap?s?, bireyin genel iyi olu? düzeyini (Duygulan?m Dengesi Skoru) bu iki ba??ms?z skorun fark? olarak hesaplamaya dayan?r. Duygulan?m Dengesi = Pozitif Duygulan?m Skoru - Negatif Duygulan?m Skoru formülüyle elde edilen bu skor, bireyin ya?am?nda olumlu deneyimlerin olumsuz deneyimlere göre ne kadar a??r bast???n? gösteren merkezi bir ölçüttür. Bu yap?, duygusal ya?am?n karma??kl???n? tek boyutlu bir eksende indirgemekten kaç?n?r ve iyi olu?un çok boyutlu do?as?n? yans?t?r.

Geçerlik

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama çal??mas?nda (Okur & Totan, 2019) geçerlik analizleri, ölçe?in Türk kültüründe ölçmek istedi?i yap?y? ne derece do?ru ölçtü?ünü belirlemek amac?yla yap?lm??t?r. Her ne kadar kaynak içerikte spesifik Geçerlik katsay?lar? belirtilmemi? olsa da, uyarlama sürecinde genellikle yap? geçerli?i, ölçüt ba??ml? geçerlik ve ay?rt edici geçerlik çal??malar? yürütülür.

Yap? geçerli?i, ölçe?in teorik olarak beklenen iki faktörlü yap?y? (Pozitif ve Negatif Duygulan?m) ne ölçüde korudu?unu Faktör Analizi yöntemleriyle test etmeyi içerir. Orijinal Bradburn ölçe?inin güçlü kuramsal temeli göz önüne al?nd???nda, uyarlama çal??mas?nda da iki faktörlü yap?n?n korundu?u varsay?lmaktad?r. Ölçek maddelerinin ilgili boyutlarla yüksek korelasyon göstermesi ve iki boyutun birbirinden ayr??mas?, ölçe?in yap?sal geçerli?ine i?aret eder.

Güvenirlik

Kaynak içerikte do?rudan Güvenirlik de?erleri belirtilmemi?tir; ancak akademik bir uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in zamana kar?? tutarl?l??? ve iç tutarl?l??? mutlaka incelenmelidir. Tipik olarak, Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i'nin güvenirlik analizi, Cronbach Alfa iç tutarl?l?k katsay?s? ve test-tekrar test güvenilirli?i yöntemleriyle gerçekle?tirilir.

Yüksek iç tutarl?l?k katsay?lar?, ölçe?in ayn? alt boyuttaki maddelerinin tutarl? bir ?ekilde ayn? yap?y? ölçtü?ünü gösterir. Pozitif ve Negatif Duygulan?m alt ölçekleri için ayr? ayr? hesaplanan Cronbach Alfa de?erlerinin kabul edilebilir düzeyde (genellikle 0.70 ve üzeri) olmas? beklenir. Ayr?ca, test-tekrar test güvenilirli?i, ölçe?in k?sa bir zaman aral???nda uyguland???nda tutarl? sonuçlar verdi?ini do?rulayarak ölçe?in kararl?l???n? ortaya koyar.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Faktör Analizi

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamas?nda (Okur & Totan, 2019) gerçekle?tirilen Faktör Analizi, ölçe?in orijinal yap?s?n? koruyup korumad???n? belirlemek için kritik öneme sahiptir. Orijinal ölçek, 5 maddelik Pozitif Duygulan?m ve 5 maddelik Negatif Duygulan?m olmak üzere iki ba??ms?z faktörden olu?maktad?r.

Uyarlama çal??mas?nda genellikle Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?l?r. DFA, verilerin Bradburn'ün öngördü?ü iki faktörlü model ile ne kadar uyumlu oldu?unu test eder. Beklenen sonuç, ölçe?in iki faktörlü yap?s?n?n Türk örnekleminde de iyi uyum indeksleri göstermesidir. Bu analiz, Pozitif ve Negatif Duygulan?m maddelerinin kendi faktörlerine yüksek, di?er faktöre ise dü?ük yüklenim gösterdi?ini teyit etmelidir. Bu ba?ar?, ölçe?in kültürel e?de?erli?ini ve yap?sal geçerli?ini kan?tlar.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Likert tipi derecelendirme veya evet/hay?r format? (Orijinal ölçek genellikle son zamanlardaki deneyim s?kl???n? ölçen basit bir format kullan?r, ancak derecelendirme bilgisi kaynakta eksi (-) olarak belirtilmi?tir. Genellikle "Hiç", "Bazen", "Çok S?k" gibi frekans bazl? derecelendirme kullan?l?r.)

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Yeti?kinler (Adaptasyon çal??mas? genellikle üniversite ö?rencileri veya genel yeti?kin popülasyonu üzerinde gerçekle?tirilir.)

Age Group: 18 ya? ve üzeri

Population Details: Psikolojik iyi olu? ve duygusal denge düzeylerini ara?t?ran genel popülasyon. (Okur ve Totan'?n çal??mas? için spesifik örneklem bilgisi kaynakta yer almamaktad?r.)

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale). Bireylerin son dönemde ya?ad?klar? duygusal deneyimlerin s?kl???n? i?aretlemeleri beklenir.

Anahtar Kelimeler

Duygulan?m Dengesi, Ya?am Kalitesi, Psikometri, Geçerlik, Güvenirlik, Faktör Analizi, Pozitif Psikoloji.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Sinan Okur

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: okursinan8@gmail.com

Correspondence Address: Belirtilmemi?tir. (Yaz??ma adresi, yazar?n Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi'nde yay?nlanan makaledeki kurum adresidir.)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i (BDDÖ), akademik ara?t?rmalarda kullan?ma aç?k bir ölçek olup, Türkçe uyarlamas? Okur ve Totan taraf?ndan 2019 y?l?nda yay?mlanm??t?r. Ölçe?in akademik ve e?itim amaçl? kullan?mlar? genellikle ücretsizdir, ancak ticari veya klinik amaçl? kullan?mlarda orijinal telif haklar? (Norman M. Bradburn) veya uyarlamay? yapan yazarlardan izin al?nmas? gerekebilir.

Testin yay?mlanma y?l? (Türkçe uyarlama): **2019**.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas?na a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir: bradburn-duygulanim-dengesi-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

Okur, S. ve Totan, T. (2019). Psikolojik iyi olu?u de?erlendiren Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?inin Türkçede incelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6*(2), 1-12.

Makalenin tam metnine Dergipark üzerinden ula??m sa?lanabilir: dergipark.org.tr

Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way. (Not provided in the source content. Standard Bradburn ABS items, which typically ask about experiences in the last few weeks, are listed below as they are crucial for the scale entry.)

Kaynak içerikte ölçek maddeleri do?rudan sunulmam??t?r. Bradburn Duygulan?m Dengesi Ölçe?i genellikle 10 maddeden olu?ur. A?a??da, ölçe?in genel yap?s?n? gösteren örnek maddeler listelenmi?tir (Kesin Türkçe uyarlama metni için makaleye ba?vurulmal?d?r):

ARABPSYCHOLOGY.COM

Pozitif Duygulan?m Maddeleri (Örnek Yap?):

Son zamanlarda i?lerin yolunda gitti?ini hissettiniz mi?
Son zamanlarda bir ?eyde özellikle ilgili veya ilgili hissettiniz mi?
Son zamanlarda her ?eyin istedi?iniz gibi oldu?unu hissettiniz mi?
Son zamanlarda çok mutlu hissettiniz mi?
Son zamanlarda bir ?eyden gurur duydunuz mu?

Negatif Duygulan?m Maddeleri (Örnek Yap?):

Son zamanlarda gergin hissettiniz mi?
Son zamanlarda çok yaln?z hissettiniz mi?
Son zamanlarda huzursuz ya da uykusuz hissettiniz mi?
Son zamanlarda can?n?z s?kk?n ya da depresif hissettiniz mi?
Son zamanlarda ele?tirildi?inizi hissettiniz mi?

Cevaplar genellikle "Evet" veya "Hay?r" ?eklindedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM