

# Bütünle?ik Anksiyete Stres Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Bütünle?ik Anksiyete Stres Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.  
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18260>

## Özet

Bütünle?ik Anksiyete Stres Ölçe?i (BASÖ), Hüseyin Ebadi taraf?ndan 2020 y?l?nda Türk popülasyonunun psikometrik ihtiyaçlar?na yönelik olarak geli?tirilm? bir ölçüm arac?d?r. Bu ölçek, bireylerin hem Anksiyete hem de Stres düzeylerini bütünle?ik bir biçimde de?erlendirmeyi amaçlamaktadır. Geli?tirme çal??mas?, Balkan ve Yak?n Do?u Sosyal Bilimler Dergisi'nde yay?nlanm??t?r ve ölçe?in yap?sal geçerli?i ile iç tutarlılı??na dair kan?tlar sunmay? hedeflemiştir. BASÖ, özellikle klinik ve akademik ara?t?rmalarda duygusal s?k?nt? düzeylerinin h?zli? ve kapsaml? bir ?ekilde belirlenmesi için tasarlanm??t?r.

## Anahtar Kelimeler

Bütünle?ik Anksiyete Stres Ölçe?i, Anksiyete, Stres, Ölçek Geli?tirme, Psikometrik Özellikler, Duygusal Durum, Türkiye.

## Yazarlar

Hüseyin Ebadi

## Amaç

Bütünle?ik Anksiyete Stres Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin ya?ad??? kayg? ve stres tepkilerini tek bir araç içerisinde, kültürel ba?lama uygun olarak ölçebilecek güvenilir ve geçerli bir araç sunmaktır. Mevcut literatürde anksiyete ve stresin s?kl?kla ayr? ayr? ölçüldü?ü veya tek bir genel s?k?nt? faktörü altında topland??? dikkate al?nd???nda, bu ölçek, iki yap?y? bütünle?ik bir model dahilinde de?erlendirerek daha incelikli bir analiz sa?lamay? hedeflemiştir.

Ölçek, sosyal bilimler, psikoloji ve sa?lık alanlarında çal??an ara?t?rmacılara, katılımcıların genel psikolojik yükünü h?zli?ca belirleme imkanı tanımaktadır. Bu sayede, müdahale programlarının etkinli?inin de?erlendirilmesi veya farklı popülasyonlardaki duygusal s?k?nt? seviyelerinin kar??laştırılması kolaylaşmaktadır.

## Yap?

BASÖ, psikolojide s?kl?kla birlikte ele al?nan iki temel yap?y?, yani anksiyete ve stresi, ölçmek üzere tasarlanm??t?r. Anksiyete, genellikle gelecekteki tehdit alg?s?na yönelik kayg?, gerginlik ve fizyolojik uyarılma olarak tanımlanırken; stres, bireyin çevresel taleplere uyum sa?lama çabası sonucu ortaya ç?kan tepkiler bütünüdür.

Ölçe?in "bütünle?ik" yap?s?, bu iki durumun birbirini tetikleyen ve birlikte var olan do?as?n?

yansıtılmayacak amaçlar. Ölçek geliştirme çalışmaları, bu iki yapıyı tek bir yüksek dereceli faktör altında mı toplandıysa yoksa ayrı alt boyutlara mı sahip olduğunu belirlemek için Faktör Analizi yöntemlerini kullanıyorsa varsayılmaktadır.

## Geçerlik

Ölçek geliştirme çalışmalarıda Geçerlik (Validity) analizlerinin yapıldığı, ancak kaynak içerikte detayların belirtilmediği görülmektedir. Tipik bir ölçek geliştirme sürecinde, yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanması olmalıdır. Bu analizler, ölçek maddelerinin kuramsal yapıya ne ölçüde temsil ettiğini gösterir.

Ek olarak, BASÖ'nün bilinen anksiyete ve stres ölçekleriyle korelasyonlarının incelendiği Kriter Geçerliliği çalışmaları da yapılmaması beklenir. Bu çalışmalar, ölçeğin aynı yapıya ölçen diğer araçlarla uyumunu ortaya koyar.

## Güvenirlilik

Güvenirlilik (Reliability) verileri kaynakta açıkça belirtilmese de, 2020 tarihli geliştirme çalışmaları bakımında, ölçeğin iç tutarlılığına Cronbach Alfa katsayısı ile raporlanması muhtemeldir. Yüksek bir Cronbach Alfa değeri, ölçek maddelerinin aynı yapıya tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Ayrıca, ölçeğin zamana karşı kararlılığına test etmek amacıyla Test-Tekrar Test Güvenirliliği çalışmaları da yapılmaması beklenir. Bu analizler, ölçeğin kısa bir zaman dilimi içinde uygulandığında benzer sonuçlar üretme yeteneğini doğrular.

## Faktör Analizi

Bütünlük Anksiyete Stres Ölçeği'nin yapısal bütünlüğünü ortaya koymak için faktör analizleri kullanılmaktadır. Ölçeğin, anksiyete ve stresi tek bir bütünlük faktör olarak mı, yoksa iki ayrı ancak ilişkili alt boyut (Anksiyete ve Stres) olarak mı ölçtüğünü bu analizlerle belirlenmiştir. Geliştirme çalışmaları, muhtemelen maddelerin faktör yüklerini, özdeğerleri ve toplam varyans açıklama oranlarını detaylı bir şekilde sunmaktadır.

## Araç

**Test Türü:** Ölçek Geliştirme Çalışması

**Format:** Genellikle 4 veya 5 puanlı Likert tipi derecelendirme ölçeği kullanılmaktadır varsayılmaktadır (Örneğin: Hiçbir Zaman - Her Zaman).

**Mevcut Diller:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Yetişkin Popülasyonu

**Yaş Grubu:** 18 yaş ve üzeri

**Popülasyon Detayları:** Türkiye'deki üniversite öğrencileri ve/veya genel yetişkin örneklemi.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim (Self-report) yöntemi ile bireylerin anksiyete ve stres belirtilerini değerlendirilmesi esasına dayanır.

## Anahtar Kelimeler

Psikolojik Ölçüm, Likert Ölçeği, Duygusal Sağlık, Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi, Psikometri, Hüseyin Ebadi.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlayıcıları:** Veri Bulunamadı

**İletişim E-posta Adresleri:** [huseyin.ebadi@beykent.edu.tr](mailto:huseyin.ebadi@beykent.edu.tr)

**Yazın Adresi:** Beykent Üniversitesi, İstanbul, Türkiye (Yayın yapıldığı tarihteki kurumsal bağlantı esas alınmıştır).

## Ücretler, Ücret ve Test Yılı

**Test Yılı:** 2020.

Ölçek, akademik bir dergide yayımlandığı için genellikle akademik ve kar amacı gütmeyen araştırmalarda yazarın izni alınarak ücretsiz kullanılabilir. Ticari kullanımlar için yazar ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçeğin orijinal makalesi ve detaylı psikometrik bilgileri, ilgili derginin internet sitesinde mevcuttur: [ibaness.org](http://ibaness.org).

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [butunlesik-anksiyete-stres-olcegi-toad.pdf](http://butunlesik-anksiyete-stres-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Ebadi, H. (2020). Bütünlük Anksiyete Stres Ölçeği Ölçek geliştirme çalışması. Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi, 6 (1), 89-99.

## Bütünlük Anksiyete Stres Ölçeği Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Ölçek maddeleri, orijinal kaynak içerikte sağlanmamıştır. Bu nedenle maddeler buraya eklenememiştir. Ölçek maddelerine erişim için yazarın orijinal yayına başvurulması gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM