Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18382

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i (ÇUTÖ), bireylerin alg?lad??? üç temel olumsuz psikolojik durumu ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu üç yap?, yani **çaresizlik** (kontrol eksikli?i), **umutsuzluk** (gelece?e dair olumsuz beklentiler) ve **talihsizlik** (sürekli kötü ?ans veya kader kurban? olma hissi), genellikle depresyon ve intihar dü?üncesi ile yak?ndan ili?kilidir.

Ölçe?in güvenirlik ve yap? geçerli?i çal??malar?, 2011 y?l?nda Vatan, Ertas ve Lester taraf?ndan özellikle anksiyete bozukluklar? tan?s? alm?? hastalarda yürütülmü?tür. Bu çal??ma, ölçe?in klinik popülasyonlarda bu üçlü olumsuz duygusal durumu de?erlendirmede etkili ve stabil bir araç oldu?unu göstermeyi amaçlam??t?r.

Anahtar Kelimeler

Çaresizlik, Umutsuzluk, Talihsizlik, Psikolojik Ölçek, Anksiyete Bozukluklar?, Psikometri, Öz Bildirim, David Lester, Güvenirlik, Yap? Geçerli?i.

Yazarlar

Vatan, S., Ertas, S., David Lester

Amaç

Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i'nin temel amac?, psikolojik de?erlendirme süreçlerinde bireylerin ya?ad??? **çaresizlik**, **umutsuzluk** ve **talihsizlik** düzeylerini nicel olarak belirlemektir. Bu üç kavram?n ayr? ayr? ölçülmesi, klinisyenlere hastalar?n risk profillerini (özellikle intihar riski aç?s?ndan) daha detayl? anlama imkan? sunar.

Ölçe?in 2011 y?l?ndaki geçerlik ve güvenirlik çal??mas?, bu arac?n anksiyete bozuklu?u olan hastalarda da tutarl? ve geçerli sonuçlar üretti?ini kan?tlamay? hedeflemi?tir. Bu, ölçe?in kullan?m alan?n? sadece genel popülasyonla s?n?rlamay?p, klinik popülasyonlara geni?letmektedir.

Yap?

ÇUTÖ, tek bir genel olumsuz duygusal durumu de?il, birbirine ba?l? ancak kavramsal olarak farkl? üç psikolojik yap?y? ölçmektedir. Bu yap?lar ?unlard?r:

Çaresizlik: Bireyin ya?am olaylar? üzerinde kontrolünün olmad???na dair alg?s?d?r (ö?renilmi? çaresizlik kavram?yla ili?kilidir).
Umutsuzluk: Gelece?e dair beklentilerin olumsuz, karamsar veya bo? oldu?u inanc?d?r. Bu,

ARABPSYCHOLOGY.COM

genellikle depresyon ve intihar e?iliminin güçlü bir yorday?c?s?d?r.
Talihsizlik (Haplessness): Bireyin sürekli olarak kötü olaylar?n kurban? oldu?u, ?ans?n?n yaver gitmedi?i veya kaderin kendisine kar?? oldu?u yönündeki inanc?d?r.

Geçerlik

Ölçe?in geçerlik çal??malar?, Vatan, Ertas ve Lester (2011) taraf?ndan **yap? geçerli?i** (construct validity) üzerine odaklanm??t?r. Yap? geçerli?i, ölçe?in gerçekten ölçmeyi amaçlad??? teorik yap?lar? ölçüp ölçmedi?ini gösterir. Bu çal??mada, ölçe?in anksiyete bozuklu?u olan hastalarda ilgili di?er psikolojik yap?larla ili?kisi incelenmi? ve beklenen teorik desenleri sergiledi?i tespit edilmi?tir.

Detayl? geçerlik katsay?lar? kaynakta spesifik olarak belirtilmemi? olsa da, çal??man?n amac? ölçe?in üç temel yap?y? (Çaresizlik, Umutsuzluk, Talihsizlik) klinik popülasyonda ba?ar?l? bir ?ekilde ay?rt edebildi?ini göstermektir.

Güvenirlik

2011 y?l?nda yap?lan ara?t?rmada Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i'nin **test-tekrar test güvenirli?i** incelenmi?tir. Test-tekrar test güvenirli?i, bir ölçüm arac?n?n ayn? bireylere farkl? zamanlarda uyguland???nda tutarl? sonuçlar üretme derecesini ifade eder. Yüksek bir test-tekrar test güvenirli?i, ölçek puanlar?n?n zamana kar?? stabil oldu?unu ve ölçümün rastgele hatalardan etkilenmedi?ini gösterir.

Bu güvenirli?in anksiyete bozuklu?u olan hastalarda kan?tlanmas?, ölçe?in klinik uygulamalarda zaman içinde yap?lan takip ölçümlerinde güvenle kullan?labilece?i anlam?na gelmektedir.

Faktör Analizi

Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i, ad?ndan da anla??laca?? gibi, üç boyutlu bir yap?y? ölçmek üzere tasarlanm??t?r. Bu nedenle, ölçe?in geli?tirme a?amas?nda ve sonraki geçerlik çal??malar?nda, ölçülen bu üç kavram?n birbirinden ayr???k faktörler olarak ortaya ç?k?p ç?kmad???n? belirlemek için **faktör analizi** yöntemlerinin kullan?ld??? varsay?lmaktad?r.

Ölçe?in yap? geçerli?inin ba?ar?l? bir ?ekilde de?erlendirilmesi, temel psikolojik yap?lar?n faktörler baz?nda net bir ?ekilde ayr??t???n? ve her bir maddenin do?ru faktöre yüklendi?ini i?aret eder.

Araç

Test Türü: Geli?tirme (Öz bildirim ölçe?i)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Format: Derecelendirme format? (spesifik dereceleme bilgisi mevcut de?ildir.)

Mevcut Dil: Türkçe (Orijinal çeviri ve adaptasyon/geli?tirme çal??mas?)

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Ancak klinik yeti?kin popülasyonu)

Popülasyon Detaylar?: Klinik örneklem; özellikle anksiyete bozuklu?u tan?s? alm?? hastalar üzerinde valide edilmi?tir.

Test Metodolojisi: Psikolojik ölçek, öz bildirim yöntemiyle uygulan?r.

Anahtar Kelimeler

Çaresizlik, Umutsuzluk, Talihsizlik, Anksiyete, Depresyon, Test-Tekrar Test Güvenirli?i, Yap? Geçerli?i, Klinik Örneklem, Psikometrik Özellikler.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Mevcut de?il

Kurum E-posta Adresleri: lesterd@stockton.edu (David Lester)

Yaz??ma Adresi: David Lester (Stockton University, ABD)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2011 (Validasyon çal??mas?)

?zinler ve Ücret: Kullan?m izinleri ve ücret bilgisi için sorumlu yazar David Lester ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Orijinal makaleye ait PDF dosyas? buradan indirilebilir: the-helplessness-hopelessness-and-haplessness-scale-toad.pdf

Referanslar

Vatan, S., Ertas, S., & Lester, D. (2011). Test-retest reliability and construct validity of the Helplessness, Hopelessness, and Haplessness Scale in patients with anxiety disorders. *Psychological reports, 108*(2), 673-674.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Çaresizlik, Umutsuzluk ve Talihsizlik Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçek maddeleri kaynak içerikte yer almamaktad?r. Lütfen orijinal ölçek maddeleri için kaynak referansa veya sorumlu yazara ba?vurunuz.

ARABPSYCHOLOGY.COM