Chalder Yorgunluk Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Chalder Yorgunluk Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18595

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Yorgunluk de?erlendirmesi amac?yla geli?tirilen Chalder Yorgunluk Ölçe?i (CYÖ), R?dvan Muhammed Ad?n taraf?ndan 2019 y?l?nda genç yeti?kin bireylerde psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve Türkçe'ye uyarlanmas? amac?yla çal???lm??t?r. Ölçek, 7 maddelik fiziksel yorgunluk (CYÖ-FYB) ve 4 maddelik mental yorgunluk (CYÖ-MYB) olmak üzere iki temel boyuttan olu?ur ve toplamda 11 madde içerir. Ölçe?in uyarlama çal??mas?nda, genç yeti?kin Türk popülasyonunda ölçe?in yap?sal ve e? zamanl? geçerlik ile test-tekrar test güvenirlik de?erlerinin yüksek düzeyde oldu?u belirlenmi?tir.

Anahtar Kelimeler

Chalder Yorgunluk Ölçe?i, Yorgunluk, Fiziksel Yorgunluk, Mental Yorgunluk, Uyarlama, Psikometrik Özellikler, Genç Yeti?kinler

Yazarlar

R?dvan Muhammed Ad?n (Türkçe Uyarlama)

Amaç

Chalder Yorgunluk Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin alg?lad?klar? yorgunluk seviyesini, özellikle fiziksel ve mental bile?enler aç?s?ndan ayr? ayr? ve genel olarak de?erlendirmektir. Bu ölçek, orijinal olarak kronik yorgunluk sendromu ara?t?rmalar?nda kullan?lmak üzere tasarlanm??t?r, ancak uyarlama çal??mas?, genç yeti?kin popülasyonunda yorgunluk düzeylerinin h?zl? ve güvenilir bir ?ekilde ölçülmesini hedeflemi?tir.

Türkçe uyarlama çal??mas?, ölçe?in kültürel ve dilsel e?de?erli?ini sa?lamay? ve Türk genç yeti?kin bireylerde ölçe?in yap?sal geçerli?ini, güvenilirli?ini ve ilgili di?er psikolojik yap?larla ili?kisini inceleyerek bilimsel literatüre katk?da bulunmay? amaçlam??t?r.

Yap?

Chalder Yorgunluk Ölçe?i, iki ana faktörden olu?an çok boyutlu bir yap?y? ölçmektedir:

Fiziksel Yorgunluk Boyutu (CYÖ-FYB): Vücut enerjisi, fiziksel güç ve genel fiziksel tükenmi?lik hissi gibi belirtileri kapsayan 7 maddeden olu?ur.

Mental Yorgunluk Boyutu (CYÖ-MYB): Konsantrasyon güçlü?ü, unutkanl?k ve zihinsel i?levlerdeki dü?ü? gibi bili?sel ve duygusal yorgunluk belirtilerini kapsayan 4 maddeden olu?ur.

Ölçek toplamda 11 maddeden meydana gelmektedir ve bireylerin yorgunluk düzeylerini

ARABPSYCHOLOGY.COM

derecelendirmelerini sa?layan 4'lü Likert tipi bir yan?t format? kullanmaktad?r.

Geçerlik

Ölçe?in geçerlik çal??malar?, e? zamanl? geçerlik, birle?im geçerli?i ve bilinen grup geçerli?i yöntemleriyle incelenmi?tir.

E? Zamanl? Geçerlik: CYÖ, benzer yap?y? ölçen ölçeklerle orta düzeyde ili?ki göstermi?tir. Checklist Individual Strength Yorgunluk Ölçe?i ile orta seviyede (r = 0,60; p < 0,001) ve Görsel Analog Ölçe?i ile yine orta seviyede (r = 0,54; p < 0,001) pozitif korelasyonlar bulunmu?tur. Bu bulgular, ölçe?in mevcut yorgunluk de?erlendirme araçlar?yla tutarl? oldu?unu desteklemektedir.

Birle?im Geçerli?i: ?lgili ancak farkl? psikolojik yap?larla ili?kisi incelenmi?tir. Beck Depresyon Ölçe?i (r = 0,42; p < 0,001) ile orta seviyede pozitif ili?ki saptanm??t?r. Pittsburg Uyku Kalitesi ?ndeksi (r = 0,36; p < 0,001) ve Notthingham Sa?l?k Profili (r = 0,39; p < 0,001) ile dü?ük-orta seviyede ili?ki bulunmu?tur. Beklenenin aksine, Godin Bo? Zaman Fiziksel Aktivite Ölçe?i (r = 0,048; p < 0,001) ile anlaml? bir ili?ki tespit edilememi?tir.

Bilinen Grup Geçerli?i: ?yi ve kötü uyku kalitesine sahip olan bireylerin CYÖ puanlar? aras?nda istatistiksel olarak anlaml? bir fark (p < 0,001) bulunmu?tur, bu da ölçe?in beklenen gruplar? ay?rt etme yetene?ini göstermektedir.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik analizleri, test-tekrar test güvenilirli?i ve iç tutarl?l?k ölçütleri kullan?larak yap?lm??t?r.

Test-Tekrar Test Güvenirli?i: Ölçe?in zamana kar?? istikrar? Intraclass Correlation Coefficient (ICC) de?erleri ile de?erlendirilmi?tir. Genel ölçek (CYÖ-G) için iyi seviyede (ICC: 0,817), Fiziksel Yorgunluk Boyutu (CYÖ-FYB) için iyi seviyede (ICC: 0,793) ve Mental Yorgunluk Boyutu (CYÖ-MYB) için orta seviyede (ICC: 0,739) test-tekrar test güvenirli?ine sahip oldu?u tespit edilmi?tir.

?ç Tutarl?l?k: Maddelerin birbiriyle tutarl?l??? Cronbach Alfa katsay?s? ile incelenmi?tir. Genel ölçek (CYÖ-G) için iyi seviyede (Alfa: 0,897) ve Fiziksel Yorgunluk Boyutu (CYÖ-FYB) için iyi seviyede (Alfa: 0,893) iç tutarl?l?k bulunmu?tur. Mental Yorgunluk Boyutu (CYÖ-MYB) için ise kabul edilebilir seviyede (Alfa: 0,764) iç tutarl?l?k de?eri elde edilmi?tir.

Faktör Analizi

Ölçe?in yap?sal geçerli?ini incelemek amac?yla Aç?klay?c? Faktör Analizi (AFA) uygulanm??t?r. AFA sonuçlar?, ölçe?in orijinal yap?s?na uygun olarak iki faktörlü bir yap?y? do?rulad???n? göstermi?tir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Bu iki faktör ?unlard?r: Faktör 1, Chalder Yorgunluk Ölçe?i - Fiziksel Yorgunluk Boyutu'nu (CYÖ-FYB) temsil etmektedir; Faktör 2 ise Chalder Yorgunluk Ölçe?i - Mental Yorgunluk Boyutu'nu (CYÖ-MYB) temsil etmektedir. Bu bulgular, ölçe?in Türk kültüründe de fiziksel ve mental yorgunlu?u ayr? boyutlar olarak ölçebildi?ini göstermektedir.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama

Format: Kendi kendine raporlama (Self-Report) ölçe?i

Maddeler: 11 madde (7 Fiziksel, 4 Mental)

Derecelendirme: 4'lü Likert ölçe?i:

0 - Her zamankinden daha az
1 - Her zamanki kadar
2 - Her zamankinden daha fazla
3 - Her zamankinden çok daha fazla

Dil Mevcut: Türkçe (Uyarlama)

Popülasyon Grubu: Genç Yeti?kinler

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Genç yeti?kin popülasyonu)

Popülasyon Detaylar?: Hacettepe Üniversitesi'nde yürütülen yüksek lisans tez çal??mas? kapsam?nda genç yeti?kin bireyler.

Test Metodolojisi: Psikometrik özelliklerin (geçerlik ve güvenirlik) incelenmesi.

Anahtar Kelimeler

Yorgunluk Ölçe?i, CYÖ, Faktör Analizi, Geçerlik, Güvenirlik, Likert Ölçe?i, Türkçe Uyarlama

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?: Bilgi mevcut de?il.

Ba?l?l?k E-posta Adresleri: ridvanadin1@gmail.com

Yaz??ma Adresi: Hacettepe Üniversitesi, Sa?l?k Bilimleri Enstitüsü, Ankara (Uyarlama tezi adresi).

ARABPSYCHOLOGY.COM

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Uyarlama Y?l?: 2019

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari kullan?m? ve izinleri için sorumlu yazar R?dvan Muhammed Ad?n ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

PDF ?ndirme: Ölçe?in uyarlama çal??mas?na ait orijinal PDF dosyas?na buradan ula??labilir. The original PDF can be downloaded here: chalder-yorgunluk-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

Ad?n, R. M. (2019). *Chalder Yorgunluk Ölçe?i'nin Türkçe'ye uyarlanmas? ve genç yeti?kin bireylerde psikometrik özelliklerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sa?l?k Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tez Eri?imi: openaccess.hacettepe.edu.tr

Chalder Yorgunluk Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

7 Maddelik fiziksel yorgunluk ve 4 maddelik mental yorgunluk bölümlerine sahiptir. Toplamda 11 maddeden olu?ur.

Derecelendirme: 4' Likert (0-her zamankinden daha az, 1-her zamanki kadar, 2-her zamankinden daha fazla, 3- her zamankinden çok daha fazla)

ARABPSYCHOLOGY.COM