

# Çok Boyutlu Sa?I?k Kontrolü Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Çok Boyutlu Sa?I?k Kontrolü Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.  
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19240>

## Özet

Çok Boyutlu Sa?lk Kontrolü Ölçe?i (ÇB-SKÖ), bireylerin kendi sa?lk durumlar? üzerindeki kontrol alg?lar?n? ölçmek amac?yla geli?tirilmif psikometrik bir araçtır. Bu ölçek, Sa?lk Kontrol Oda?? kavram?na dayanarak, sa?l???n içsel faktörler (ki?inin kendi eylemleri), güçlü d???sal faktörler (doktorlar, kader) veya ?ans taraf?ndan yönetildi?ine dair inançlar? de?erlendirir. Ölçe?in Türkiye'deki kullan?m?, özellikle 1997 y?l?nda Esin-Özabac? taraf?ndan endüstriyel alanda çal???an i?çilerin sa?lk davran??lar?n? saptamak ve geli?tirmek amac?yla yap?lan bir uyarlama çal???mas?yla yayg?nla?m???tır. Bu uyarlama, ölçe?in kültürel ve demografik aç?dan farklı bir popülasyonda geçerlili?ini ve güvenilirli?ini ara?t?rmay? hedeflemiştir.

Ölçek, sa?l?kla ilgili kararlar alma süreçlerinde bireyin motivasyonunu ve sorumluluk düzeyini anlamak için kritik bilgiler sunar. T?bbi müdahalelere uyum, önleyici sa?lk davran??lar?n? benimseme ve kronik hastal?k yönetimi gibi konularda bireysel farklılıklar? açıklamada temel bir araç olarak kabul edilir.

## Anahtar Kelimeler

Sa?lk Kontrol Oda??, Çok Boyutlu Sa?lk Kontrolü Ölçe?i, Sa?lk Davran??lar?, Psikoloji, Psikometrik, Uyarlama, Endüstriyel Sa?lk.

## Yazarlar

Orijinal Ölçek Geli?tiricileri: Kenneth A. Wallston, Barbara S. Wallston, Robert S. DeVellis (Genellikle Wallston ve arkadaşlar? olarak anılır).

Türkçe Uyarlama Yazar?: Esin-Özabac?, M. N. (1997).

## Amaç

Çok Boyutlu Sa?lk Kontrolü Ölçe?i'nin temel amac?, bireyin sa?lk sonuçlar?n?n nedenlerine dair at?flar?n? belirlemektir. Bu at?flar genellikle üç ana boyutta incelenir: Bireyin sa?l???n? kendi kontrolünde gördü?ü (İçsel Kontrol Oda??), sa?l???n güçlü ba?kalar?n?n (örneğin, doktorlar veya sa?lk profesyonelleri) kontrolünde oldu?una inand??? (Güçlü Ba?kalar? Kontrol Oda??) ve sa?l???n tamamen ?ansa veya kadere ba?lı oldu?una inand??? (?ans Kontrol Oda??).

Ölçe?in endüstriyel alanda çal???an i?çiler üzerine yap?lan uyarlamas?n?n özel amac? ise, bu spesifik popülasyonun sa?lk davran??lar?n? etkileyen kontrol inançlar?n? saptamaktır. Bu saptama, i? sa?l??? ve güvenli?i programlar?n?n veya sa?lk geli?tirme e?itimlerinin etkinli?ini art?rmak için hedefli müdahalelerin tasarlanmas?na olanak tanır. Bireyin sa?lk inançlar?n? anlamak, riskli davran??lar? azaltma ve sa?l?kl? yaşam tarz? seçimlerini te?vik etme stratejileri geli?tirmede hayati öneme sahiptir.

## Yapı (Ölçülen Psikolojik Yapı)

Ölçek, temel olarak Julian Rotter'ın geliştirdiği genel kontrol odağı teorisinin sağa özgü uygulaması olan Sağlık Kontrol Odağı (Health Locus of Control) yapısının ölçer. Bu yapı, bireyin sağlık durumunun sonuçları nasıl attığını yansıtan bilişsel bir yapıdır. Yapı, tek boyutlu olmaktan ziyade, üç farklı ve bağımsız alt boyuttan oluşur:

**İçsel Sağlık Kontrol Odağı (I):** Bireyin, sağlıklı kalmak veya hastalıktan kurtulmak için kendi çabaları, diyetinin ve yaşam tarzı seçimlerinin en önemli belirleyici olduğuna inanmasıdır. Yüksek İçsel Kontrol Odağına sahip bireyler, proaktif sağlık davranışları sergilemeye daha yatkındır.

**Güçlü Başkalar Sağlık Kontrol Odağı (P):** Bireyin, sağlığını kontrolünün kendisinden ziyade, doktorlar, hemşireler veya diğer sağlık uzmanları gibi yetkili diğer figürlerde olduğuna inanmasıdır.

**Şans Sağlık Kontrol Odağı (C):** Bireyin, sağlığını rastgele olaylar, kader veya şans eseri belirlediğine, kişisel çabanın veya profesyonel müdahalenin etkisinin sınırlı olduğuna inanmasıdır.

## Geçerlik

Esin-Özabacı'nın (1997) doktora tezi kapsamında gerçekleştirilen Türkçe uyarlama çalışmasına ait detaylı geçerlik analizleri, sunulan kaynak özetinde açıkça belirtilmemiştir. Ancak, bir psikometrik aracın geçerli kabul edilebilmesi için yapı geçerliliği, ölçüt bağıntılı geçerlilik ve içerik geçerliliği gibi farklı türde analizlerin yapılması gerekmektedir.

Uluslararası literatürde, orijinal Çok Boyutlu Sağlık Kontrolü Ölçeği (MHLC) için kapsamlı geçerlik çalışmaları mevcuttur. Bu çalışmalar genellikle, ölçeğin alt boyutlarının sağlık davranışları (örneğin, sigara içme, egzersiz yapma) ve sağlık sonuçları (örneğin, hastalık şiddeti) ile teorik olarak beklenen yönlere korelasyon gösterdiğini ortaya koymuştur (Yapısal Geçerlik). Türkçe uyarlamasının geçerlik bilgileri için, tezin orijinal metnine başvurulması önerilir.

## Güvenilirlik

Kaynak verilerde, Çok Boyutlu Sağlık Kontrolü Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasına ait güvenilirlik katsayıları belirtilmemiştir. Güvenilirlik, ölçeğin zaman içinde tutarlı sonuçlar verme yeteneğini gösterir. Tipik olarak, ölçek güvenilirliği Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ve test-tekrar test güvenilirliği yöntemleriyle değerlendirilir.

Orijinal MHLC ölçeği genellikle kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılık katsayılarına sahiptir

(genellikle 0.70'in üzerinde). Uyarlama çal??malar?nda, ölçe?in yeni dilde ve kültürde de benzer güvenilirlik düzeylerini korumas? beklenir. Esin-Özabac?'n?n çal??mas?nda bu katsay?lar?n hesaplanm?? olmas? muhtemeldir, ancak özet bilgi bu verileri içermemektedir.

## Faktör Analizi

Çok Boyutlu Sa?lk Kontrolü Ölçe?i, ad?ndan da anla??laca?? üzere çok boyutlu bir yapıyı ölçmektedir. Ölçe?in psikometrik yap?s?n?n do?rulanmas? için Faktör Analizi yöntemleri kullan?lr. Orijinal MHLC ölçe?i, genellikle Do?rulamaya Faktör Analizi (DFA) ile üç temel faktör yap?s?n? (?çsel, Güçlü Ba?kalar?, ?ans) destekler.

Uyarlama çal??malar?nda, ölçe?in orijinal üç faktörlü yap?s?n?n hedef kültürde de korunup korunmad??? incelenmelidir. Esin-Özabac? (1997) taraf?ndan yapılan uyarlama çal??mas?nda, endüstriyel i?çi grubunda ölçe?in faktör yap?s?n? incelemek amacıyla Ke?fedici veya Do?rulamaya Faktör Analizi yöntemlerinin kullan?ld??? varsay?lmaktadır. Bu analizler, maddelerin hangi alt boyutlara yüklendi?ini ve orijinal yapıya ne ölçüde benzedi?ini gösterir.

## Enstrüman (Ölçek Detaylar?)

**Test Type:** Uyarlama (Adaptation) tabanlı?, Öz Bildirim (Self-report) ölçe?i.

**Format:** Kaynakta derecelendirme bilgisi verilmemiştir, ancak orijinal MHLC genellikle 6 noktalı Likert tipi bir format kullanır (Kesinlikle Kat?lıyorum'dan Kesinlikle Kat?ılmıyorum'a kadar).

**Language Available:** Türkçe (Uyarlama), İngilizce (Orijinal).

**Population Group:** Yeti?kinler, özellikle endüstriyel alanda çal??an i?çiler (Esin-Özabac? uyarlaması için).

**Age Group:** Genellikle 18 ya? ve üzeri yeti?kinler.

**Population Details:** Esin-Özabac?'n?n çal??mas?, İstanbul Üniversitesi Sa?lk Bilimleri Enstitüsü'ne sunulan doktora tezi kapsamında endüstriyel sektörde çal??an bir i?çi örneklemini üzerinde gerçekleştirilmiştir.

**Test Methodology:** Ölçek, bireylerin sa?l???na ili?kin inançlar?n? gösteren bir dizi ifadeye ne ölçüde kat?ld?klar?n? belirtmelerini gerektiren maddelerden oluşur. Puanlama, her bir alt boyuta (I, P, C) ait maddelerin toplam puanlar?n?n hesaplanmasıyla yapılır.

## Anahtar Kelimeler

?çsel Kontrol, D??sal Kontrol, Sa?lk ?nanc? Modeli, ?ç? Sa?l???, Cronbach Alfa, Psikolojik

Ölçüm.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilinmiyor.

**Affiliation Email addresses:** Bilinmiyor.

**Correspondence Address:** Esin-Özabac?, M. N.'nin 1997'deki affiliation adresi (İstanbul Üniversitesi, Sa?lik Bilimleri Enstitüsü).

## Şzinler, Ücret ve Test Y?I?

**Test Y?I? (Uyarlama):** 1997.

**Şzinler ve Ücret:** Ölçe?in ticari kullan?m?, orijinal geli?tiriciler (Wallston ve arkada?lar?) veya onlar?n telif hakk? sahipleri taraf?ndan belirlenen ko?ullara tabidir. Türkiye'deki akademik amaçlı? kullan?m? genellikle doktora tezi kapsam?nda serbesttir, ancak ticari veya geni? ölçekli uygulamalar için yazar Esin-Özabac?'dan ve orijinal telif hakk? sahibinden izin al?nmas? gerekebilir.

## Kaynaklar

Esin-Özabac?, M., N. (1997). *Endüstriyel alanda çal??an i?çilerin sa?lik davran??lar?n?n saptanmas? ve geli?tirilmesi* (Doktora tezi). İstanbul Üniversitesi, Sa?lik Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, R. (1978). Development of the Multidimensional Health Locus of Control (MHLC) Scales. *Health Education Monographs*, 6(2), 160-170. (Orijinal Ölçek Kayna??).

## Çok Boyutlu Sa?lik Kontrolü Ölçe?i Maddeleri

**IMPORTANT:** The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Ölçe?in orijinal maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Tipik olarak bu ölçek 18 maddeden oluşur ve her bir alt boyut (Şçsel, Güçlü Ba?kalar?, Şans) alt? madde içerir.