

# COVID-19 Stresörlerine Maruziyet ve Stres Tepkisi Ölçeği

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *COVID-19 Stresörlerine Maruziyet ve Stres Tepkisi Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19405>

## Özet

COVID-19 Stresörlerine Maruziyet ve Stres Tepkisi Ölçeği, küresel COVID-19 pandemisi döneminde bireylerin yaşadığı spesifik stresörlere maruz kalma düzeylerini ve bu maruziyet sonucunda ortaya çıkan psikolojik stres tepkilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Bu ölçek, Z. B. Atak ve Ö. Yalçınkaya-Alkar tarafından 2022 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. Uyarlama çalışması, ölçeğin Türk kültüründeki geçerliliğini ve güvenilirliğini bilimsel yöntemlerle test ederek, klinik ve akademik araştırmalarda kullanıma uygun hale getirilmesini amaçlanmıştır. Ölçek, hem doğrudan pandemi ile ilişkili tehditleri (hastalık, kayıp) hem de dolaylı sonuçları (ekonomik zorluklar, sosyal izolasyon) değerlendirilerek, yaşanan stresin kapsamlı bir profilini sunmaktadır.

## Anahtar Kelimeler

COVID-19, Psikolojik stres, Stresör, Uyarlama, Geçerlik, Güvenirlik, Psikometri, Pandemi

## Yazarlar

Zuhal Beyza Atak (GÜLER), Özlem Yalçınkaya-Alkar

## Amaç

Ölçeğin temel amacı, COVID-19 pandemisi sürecinde bireylerin karşılaştığı çeşitli stres kaynaklarına (stresörlere) ne ölçüde maruz kaldıkları ve bu maruziyetin şiddetine bağlı olarak geliştirdikleri bilişsel, duygusal ve fizyolojik stres tepkilerini belirlemektir. Bu araç, özellikle travmatik stres, anksiyete ve depresyon gibi pandemi kaynaklı psikopatolojilerin anlaşılması ve klinik müdahale stratejilerinin geliştirilmesi için kritik veriler sağlamaya hedefler.

Türkçe uyarlama çalışması, orijinal ölçeğin yapısal bütünlüğünü koruyarak, Türk popülasyonunun kültürel ve dilsel özelliklerine uygunluğunu sağlamıştır. Böylece, ulusal düzeydeki ruh sağlığı araştırmalarında güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılmasına amaçlanmıştır.

## Yapı

COVID-19 Stresörlerine Maruziyet ve Stres Tepkisi Ölçeği, genellikle iki ana boyutta yapılandırılmıştır: **Stresörlere Maruziyet** ve **Stres Tepkisi**. Maruziyet boyutu, bireyin enfeksiyon riski, ekonomik kayıplar, sosyal kısıtlamalar veya yakın çevredeki hastalık/ölüm gibi nesnel olarak deneyimlediği olayları ölçer.

Stres Tepkisi boyutu ise, bireyin bu stresörlere karşı verdiği öznel ve psikolojik reaksiyonları (kaygı, korku, uykusuzluk, dikkat dağınıklığı, çaresizlik hissi) değerlendirir. Ölçek, çok boyutlu

yapısıyla, stresin sadece varlığını değil, aynı zamanda kaynağını ve birey üzerindeki etkisinin doğasını da ayrıştırma yeteneğini sunar.

## Geçerlik

Türkçe uyarlama çalışmasında (Atak & Yalçınkaya-Alkar, 2022), ölçeğin yapısal geçerlik kanıtlarını sunmak üzere çeşitli analizler yapılmıştır. Yapı geçerliğini, genellikle Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılarak incelenmiş ve orijinal ölçeğin çok boyutlu yapısının Türk örnekleminde de korunduğu gösterilmiştir.

Ek olarak, ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında, ölçek puanlarının ilgili diğer psikolojik yapılarla (örneğin, anksiyete ve depresyon ölçekleri) beklenen yönde anlamlı korelasyonlar gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgular, ölçeğin teorik olarak ölçmesi beklenen psikolojik stresi başarıyla bir şekilde ölçtüğünü kanıtlamaktadır.

## Güvenirlilik

Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları (Cronbach Alfa değerleri), Türkçe formun yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermiştir. Uyarlama çalışmasında, alt ölçeklerin ve toplam puanın Cronbach Alfa değerlerinin kabul edilebilir (genellikle .70 üzeri) sonuçları içinde olduğu rapor edilmiştir. Yüksek iç tutarlılık, ölçek maddelerinin aynı psikolojik yapıya tutarlı bir şekilde ölçtüğü anlamına gelmektedir.

Bazı uyarlama çalışmalarında ek olarak, test-tekrar test güvenilirliği de incelenir. Bu analiz, ölçeğin zaman içinde kararlı sonuçlar verdiğini göstermek amacıyla belirli bir zaman aralığıyla (örneğin 2-4 hafta) aynı bireylere tekrar uygulanmasıyla elde edilen korelasyon katsayıları üzerinden değerlendirilir.

## Faktör Analizi

Atak ve Yalçınkaya-Alkar (2022) tarafından yürütülen çalışmada, ölçeğin yapısal geçerliğini incelemek amacıyla Faktör Analizi yöntemleri kullanılmıştır. Orijinal ölçeğin faktör yapısının Türkçe formda da doğrulanıp doğrulanmadığını test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır.

DFA sonuçları, uyarlanan ölçeğin kuramsal olarak öngörülen faktör yapısına (Stresörlere Maruziyet ve Stres Tepkisi) mükemmel veya kabul edilebilir uyum gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu analizler, ölçek maddelerinin kültürel adaptasyon sürecinden sonra dahi orijinal konsepti yansıtmaya devam ettiğini güçlü bir şekilde desteklemektedir.

## Ölçek Bilgileri

**Test Tipi:** Uyarlama Ölçeği (Adaptation)

**Format:** Genellikle 5'li veya 6'lı Likert tipi derecelendirme (Ölçek maddelerine verilen yanıtlar, şiddet veya sıkılık temelinde derecelendirilir).

**Mevcut Diller:** Türkçe (Orijinali genellikle İngilizce veya başka bir dilde mevcuttur).

**Popülasyon Grubu:** Genel Popülasyon veya Üniversite Öğrencileri (Uyarlama çalışması için örnekleme başlı olarak).

**Yaş Grubu:** Ergenlik dönemi sonu ve Yetkinler (18 yaş ve üzeri).

**Popülasyon Detayları:** Uyarlama çalışması, genellikle Türkiye'nin çeşitli bölgelerinden gönüllü katılımcılarla gerçekleştirilmiştir. Çalışma, pandemi sürecinin psikolojik etkilerini deneyimleyen bireyleri kapsamıştır.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim (Self-Report) ölçeği. Katılımcılar, pandemi döneminde yaşadıkları olaylar ve duygusal tepkilerini belirtilen derecelendirme skalası üzerinde işaretler.

## Anahtar Kelimeler

COVID-19, Psikolojik stres, Travmatik Stres, Geçerlik, Güvenirlik, Psikopatoloji, Faktör Analizi

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlayıcı:** Bilgi mevcut değildir.

**Başlı Kuruluş E-posta Adresleri:** [beyzaatak13@gmail.com](mailto:beyzaatak13@gmail.com) (Sorumlu Yazar İletişim)

**Yayın Adresi:** Zuhâl Beyza GÜLER (Atak), İlgili Kurum Adresi (Uyarlama çalışması için yapıldığı tarihteki üniversite/klinik başlığı).

## İzinler, Ücret ve Test Yolu

**Test Yolu:** Türkçe uyarlama ve psikometrik geçerlik çalışması 2022 yılında yayımlanmıştır.

**İzinler ve Ücret:** Ölçeğin ticari olmayan akademik araştırmalarda kullanımı genellikle yayımlanan makaleye atıfta bulunularak serbesttir, ancak ölçeğin orijinal geliştiricilerinden veya Türkçe uyarlamasını yapan sorumlu yazardan (Zuhâl Beyza GÜLER) resmi izin alınması önerilir. Kullanım ücreti bilgisi makalede belirtilmemiştir.

Bu çal??man?n orijinal makalesine Dergipark üzerinden eri?im sa?lanabilmektedir: [dergipark.org.tr](http://dergipark.org.tr).

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: [covid-19-stresorlerine-maruziyet-ve-stres-tepkisi-olcegi-toad.pdf](https://dergipark.org.tr/olcegi-toad.pdf)

## Referanslar

Atak, Z. B., & Yalç?nkaya-Alkar, Ö. (2022). COVID-19 Stresörlerine Maruziyet ve Stres Tepkisi Ölçe?inin Türkçe uyarlamas?: Geçerlik ve güvenirlik çal??mas?. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 9(1), 135-159.

## COVID-19 Stresörlerine Maruziyet ve Stres Tepkisi Ölçe?i Maddeleri

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

Bu ölçe?in maddeleri, telif hakk? korumas? veya akademik k?s?tlamalar nedeniyle bu platformda aç?kça sunulmamaktadır. Ölçek maddelerine eri?im için Atak ve Yalç?nkaya-Alkar (2022) referans?ndaki orijinal makaleye ba?vurulmas? veya sorumlu yazar (Zuhal Beyza GÜLER) ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.