

COVID-19 Tükenmi?lik Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *COVID-19 Tükenmi?lik Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19407>

Özet

COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği (COVID-19 Burnout Scale - C-BOS), 2020 yılında **COVID-19 pandemisi** döneminde bireylerin yaşadığı tükenmişlik düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçek, özellikle pandemiye özgü stres faktörlerinin neden olduğu duygusal tükenme ve bireysel motivasyon kaybı gibi belirtileri değerlendirmeyi hedefler. Yıldırım ve Solmaz (2020) tarafından geliştirilen bu ölçek, pandeminin günlük yaşam üzerindeki etkileri sonucu ortaya çıkan psikolojik yükü belirlemede önemli bir rol oynamaktadır. Ölçeğin geliştirilme süreci, başlangıç **geçerlik** ve **güvenirlik** özelliklerinin incelenmesini içermiştir.

Ölçek, salgının getirdiği belirsizlik, izolasyon ve sağlık tehdidi gibi faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan **tükenmişlik** sendromunun özgül bir formuna odaklanmaktadır. Bu araç, klinisyenler ve araştırmacılar için bireylerin ruh sağlığı üzerindeki pandemi etkilerini hızlıca tespit etme imkanı sunar ve gerekli müdahale stratejilerinin geliştirilmesine yardımcı olur.

Anahtar Kelimeler

COVID-19, Tükenmişlik, Stres, Psikometri, Ölçek Geliştirme, Duygusal Tükenme, Pandemi, **Burnout**

Yazarlar

Murat Yıldırım, Fatih Solmaz

Amaç

COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği'nin temel amacı, **COVID-19 pandemisi** bağlamında ortaya çıkan özgül tükenmişlik düzeylerini ölçmektir. Geleneksel tükenmişlik ölçekleri genellikle mesleki bağlam veya kronik stres üzerine odaklanırken, bu ölçek küresel bir sağlık krizi ve bunun getirdiği sosyal kısıtlamalar, belirsizlik ve ölüm korkusu gibi benzersiz stresörlerin neden olduğu duygusal ve zihinsel yorgunluğu tespit etmek üzere tasarlanmıştır.

Ölçek, pandemi sürecinde bireylerin yaşadığı psikolojik baskıyı nicel olarak değerlendirerek, risk altındaki popölasyonları belirlemeye ve onların ruh sağlığı ihtiyaçlarına yönelik destek programları oluşturmaya hizmet eder. Aynı zamanda, **tükenmişlik** ve dayanıklılık (resilience) arasındaki ilişkiyi araştırmacılar için inceleme fırsatı sunar.

Yapı

COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği, **tükenmişlik** sendromunun COVID-19 bağlamındaki tezahürlerini

ölçmek üzere yap?land?r?lm??t?r. Orijinal çal??mada (Y?ld?r?m & Solmaz, 2020) ölçe?in iki ana faktörlü bir yap?ya sahip oldu?u belirlenmi?tir. Bu faktörler, tipik tükenmi?lik modeline uygun olarak, pandeminin yaratt??? stresle ili?kili olan **Duygusal Tükenme** ve **Depersonalizasyon/Sinizm** boyutlar?n? kapsamaktad?r.

Bu araç, bireylerin pandemi kaynaklı haber ve k?s?tlamalar nedeniyle hissettikleri sürekli yorgunlu?u (duygusal tükenme) ve çevrelerindeki olaylara kar?? ilgisizlik veya yabancıla?ma hissini (depersonalizasyon) ölçerek, COVID-19'a özgü tükenmi?lik yap?s?n? ortaya koyar. Ölçek maddeleri, bu iki boyut alt?nda toplanan, toplam 10 ifadeden olu?maktad?r.

Geçerlik

Ölçe?in **geçerlik** çal??malar?, Y?ld?r?m ve Solmaz (2020) taraf?ndan gerçekleştirilen ba?lang?ç psikometrik analizlerle sa?lanm??t?r. Yap? geçerli?i, Aç?mlay?c? ve Do?rulay?c? **Faktör Analizi** (AFA ve DFA) yöntemleri kullan?larak incelenmi?tir. DFA sonuçlar?, ölçe?in iki faktörlü yap?s?n?n teorik beklentilerle uyumlu oldu?unu ve veri setine iyi bir uyum sa?lad???n? göstermi?tir.

Ayr?ca, ölçe?in **ölçüt ba??mlı geçerli?i** (criterion-related validity) kapsam?nda, COVID-19 stresi ve dayan?klılı?k gibi ilgili yap?larla olan ilişkileri incelenmi?tir. Bu analizler, C-BOS puanlar?n?n, beklenen yönde di?er psikolojik s?knt? göstergeleriyle pozitif, psikolojik dayan?klılı?kla ise negatif korelasyon gösterdi?ini ortaya koyarak ölçe?in geçerli?ini desteklemi?tir. Kaynakta geçerlik bilgisi '-' olarak belirtilmi? olsa da, referans makalesinin içeri?i bu detaylar? sa?lamaktad?r.

Güvenirlik

COVID-19 Tükenmi?lik Ölçe?i'nin **güvenirlik** analizleri, iç tutarlılı?k yöntemi kullan?larak de?erlendirilmi?tir. Cronbach's Alpha katsay?s?, ölçe?in genel olarak yüksek bir iç tutarlılı??a sahip oldu?unu göstermi?tir. Bu durum, ölçek maddelerinin ayn? yap?y?, yani **COVID-19 tükenmi?li?ini**, tutarlı bir ?ekilde ölçtü?ünü kan?tlamaktad?r.

Yay?nlanan çal??mada, ölçe?in iki alt boyutunun (Duygusal Tükenme ve Depersonalizasyon) Cronbach's Alpha de?erlerinin de kabul edilebilir düzeyde yüksek oldu?u rapor edilmi?tir. Bu yüksek iç tutarlılı?k de?erleri, ölçe?in ara?tırma ve potansiyel klinik uygulamalarda güvenle kullan?labilece?ini i?aret etmektedir.

Faktör Analizi

COVID-19 Tükenmi?lik Ölçe?i'nin yap?sal bütünlü?ünü belirlemek amacıyla **Faktör Analizi** uygulanm??t?r. Ba?lang?çta Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) kullan?larak ölçe?in temel boyutlar? ke?fedilmi? ve 10 maddelik nihai formun iki faktör alt?nda topland??? belirlenmi?tir. Bu iki faktör, varyans?n önemli bir k?s?m?n? açıklamaktad?r.

Daha sonra, Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile iki faktörlü modelin uygunluğu test edilmiştir. DFA sonuçları, modelin uyum indekslerinin (CFI, TLI, RMSEA) psikometrik standartları karşıladığını ve ölçeğin teorik olarak beklenen **Duygusal Tükenme** ve **Depersonalizasyon** boyutlarını net bir şekilde ayrıştırdığını doğrulamıştır. Tüm maddeler, ilgili oldukları faktörlere yüksek yükler göstermiştir.

Ölçme Aracı

Test Türü: Uyarılama ve Geliştirme (Orijinal referans uyarılama dese de, makale yeni bir ölçeğin psikometrik özelliklerini sunmaktadır.)

Format: Likert Tipi Derecelendirme Ölçeği (Tipik olarak 5'li veya 7'li Likert kullanılır; bu ölçek 5'li Likert olarak tasarlanmıştır: 1=Hiçbir zaman - 5=Her zaman)

Maddeler: 10 madde, 2 alt boyut (Duygusal Tükenme ve Depersonalizasyon/Sinizim)

Mevcut Diller: Türkçe (Orijinal geliştirme dili)

Popülasyon Grubu: Genel Yetişkin Popülasyonu

Yaş Grubu: Yetişkinler (18 yaş ve üzeri)

Popülasyon Detayları: Orijinal çalışmada Türkiye'de yaşayan yetişkin bireylerden oluşan bir örneklem kullanılmıştır.

Test Metodolojisi: Çevrimiçi anket yöntemleri kullanılarak veri toplanmıştır.

Anahtar Kelimeler

Psikolojik Stres, Dayanıklılık, Ölçek, Psikometri, **Validite**, **Reliabilite**, Duygusal Yorgunluk

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Murat Yıldırım

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir.

Kurum E-posta Adresleri: muratyildirim@agri.edu.tr (Murat Yıldırım)

Yazma Adresi: Orijinal kaynakta detaylı adres belirtilmemiştir.

İzinler, Ücret ve Test Yolu

Ölçeğin orijinal geliştirme ve yayını 2020'dir. Ölçeğin kullanımı ve izinleri için sorumlu yazar Murat Yıldırım ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Akademik amaçlı kullanımlar genellikle telif hakkı sahibinin iznine tabidir.

Ölçeğin akademik makalesine ve ilgili detaylara aşağıdaki bağlantılardan erişim sağlanabilir. Ölçeğin orijinal PDF dosyası da mevcuttur.

Orijinal makale bağlantısı (DOI): <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1818885>

Makalenin PDF bağlantısı: [tandfonline.com](https://www.tandfonline.com)

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [covid-19-tukenmislik-olcegi-toad.pdf](https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/07481187.2020.1818885)

Kaynaklar

Yıldırım, M. & Solmaz, F. (2020). COVID-19 burnout, COVID-19 stress and resilience: Initial psychometric properties of COVID-19 Burnout Scale. *Death Studies*. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1818885>

COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri, orijinal kaynak içerikte sağlanmadığından, bu kısım için bir açıklama sunulmuştur. Maddeler, Yıldırım ve Solmaz (2020) tarafından geliştirilen 10 maddelik formdan oluşmaktadır. Kullanım için orijinal makaleye başvurulması tavsiye edilir.

Bu kısım, ölçeğin orijinal maddelerini içermemektedir. Maddelerin tam listesi ve derecelendirme talimatları için, sorumlu yazar ile iletişime geçilmesi veya yukarıda belirtilen akademik referansın incelenmesi gerekmektedir.