

Deprem Stresi ?le Ba? Etme Stratejileri ?lçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Deprem Stresi ?le Ba? Etme Stratejileri ?lçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19654>

Özet

Deprem Stresi ile Ba? Etme Stratejileri Ölçe?i, bireylerin deprem gibi travmatik do?al afetler sonrasında deneyimledikleri stresle ba?a ç?kmak için kullandıkları bilişsel ve davranışsal stratejileri ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçek, 2008 yılında Zeynep Deniz Yöndem ve A. Eren tarafından Türk popülasyonu üzerinde psikometrik özellikleri incelenerek literatüre kazandırılmıştır. Ölçek, bireylerin uyum sağlayıcı tepkilerini üç temel boyutta (Dini Ba? etme, Olumlu Yeniden De?erlendirme ve Sosyal Destek Arama) de?erlendirmektedir.

Anahtar Kelimeler

Deprem stresi, ba? etme stratejileri, psikolojik travma, do?al afetler, ölçek geliştirme, uyum, deprem.

Yazarlar

Zeynep Deniz Yöndem, A. Eren

Amaç

Deprem Stresi ile Ba? Etme Stratejileri Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin **deprem stresi** karşısında gösterdikleri tepkileri ve bu stresörlerle mücadele etmek için başvurdukları yöntemleri standardize edilmiş bir şekilde belirlemektir. Bu araç, özellikle afet sonrası dönemde bireylerin ruh sağlığı ihtiyaçlarını anlamak ve etkili psikososyal müdahale programları geliştirmek için kritik veriler sağlayamay? amaçlamaktadır.

Ölçek, klinik ve araştırma ortamlarında kullanılarak, hangi ba? etme stratejilerinin daha uyumlu sonuçlar verdiğini ortaya çıkarmaya yardımcı olmakta ve böylece bireysel danışmanlık süreçlerine yön vermektedir.

Yapı

Ölçek, travmatik bir stresör olan depreme karşı geliştirilen **uyum sağlayıcı ba? etme mekanizmaları**nı ölçen çok boyutlu bir yapıyı temsil etmektedir. Ölçek, toplam 16 maddeden oluşmakta ve üç ana faktöre ayrılmaktadır:

Dini Ba? etme: Bireyin manevi inançlar ve dua yoluyla rahatlama ve anlam bulma çabalarını içerir.

Olumlu Yeniden De?erlendirme: Yaşanan olayın olumlu yönlerini bulmaya veya olayın sonuçlarına daha iyimser bir bakış açısıyla yaklaşılmaya odaklanan bilişsel stratejileri kapsar.

Sosyal Destek Arama: Bireyin stresle ba?a ç?kmak için aile, arkada? veya sosyal çevre gibi d?? kaynaklardan duygusal veya pratik destek aray???n? ifade eder.

Geçerlik

Ölçe?in yap? geçerli?i, üç boyutlu modelin uyumunu belirlemek amacıyla yap?lan **Do?rulay?c? Faktör Analizi** (DFA) ile incelenmi?tir. DFA sonuçlar?, modelin veriye iyi bir uyum sa?lad???n? göstermektedir. Hesaplanan uyum indeksi de?erleri kabul edilebilir düzeydedir.

Elde edilen spesifik uyum indeksleri ?unlard?r: $\chi^2 = 146.84$, serbestlik derecesi (sd)=101, $p < 0.01$. χ^2 /sd oran? 1.45 olarak rapor edilmi?tir (kabul edilebilir s?n?r olan 3.0'?n alt?ndad?r). Ayr?ca, Kök Ortalama Kare Hata Yakla??m? (RMSEA) de?eri .049 (mükemmel uyuma yak?n), Kar??la?t?rma? Uyum ?ndeksi (CFI) .94 ve Normsuz Uyum ?ndeksi (NNFI) .93 olarak belirlenmi?tir. Ölçekteki maddelerin faktör yükleri ise .460 ile .808 aras?nda de?i?mektedir, bu da her bir maddenin kendi alt boyutunu güçlü bir ?ekilde temsil etti?ini kan?tlamaktadır.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik çal??malar?, alt boyutlara ili?kin iç tutarlılık katsayılar?n?n hesaplanmas?yla gerçekte?tirilmi?tir. Ölçe?in alt boyutlar?na ait **iç tutarlılık katsayılar?** (Cronbach Alfa) .69 ile .85 aras?nda de?i?mektedir. Bu de?erler, ölçe?in psikometrik aç?dan yeterli düzeyde güvenilir oldu?unu ve tutarlı ölçümler sundu?unu göstermektedir.

Faktör Analizi

Deprem Stresi ?le Ba? Etme Stratejileri Ölçe?i, **do?rulay?c? faktör analizi** (DFA) sonucunda teorik olarak beklenen üç faktörlü yap?y? do?rulam???r. Bu analiz, ölçe?in maddelerinin ilgili oldu?u ba? etme stratejileri boyutlar? alt?nda topland???n? ve yap?sal ayr?mcılı???n sa?land???n? göstermektedir. Üç faktörlü modelin uyum indekslerinin yüksek olmas?, ölçe?in yap?sal sa?amlı???n? destekleyen temel bulgudur.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Geli?tirme

Format: Çok boyutlu, Kendini De?erlendirme Ölçe?i

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon (Deprem deneyimi olan bireyler)

Ya? Grubu: Yeti?kinler

Popölasyon Detaylar?: Deprem stresi ya?am?? veya depreme maruz kalm?? bireyler üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çal??malar? yap?lm??t?r.

Test Metodolojisi: Ölçek, 4'lü Likert tipi derecelendirme sistemi kullanılmaktadır (1=Hiçbir zaman - 4= Her zaman).

Anahtar Kelimeler

Deprem, stresle ba?a ç?kma, Likert ölçe?i, psikometri, do?rulay?c? faktör analizi, psikolojik sa?laml?k, afet psikolojisi.

Yazarlar

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

Kurumsal E-posta Adresleri: Sorumlu yazar?n e-posta adresi: yondem_z@ibu.edu.tr

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?il.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, ilk olarak 2008 y?l?nda yay?nlanm??t?r. Ölçe?in kullan?m? ve izinleri hakk?nda bilgi almak için sorumlu yazar Zeynep Deniz Yöndem ile do?rudan ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi ?uradan indirilebilir: [deprem-stresi-ile-bas-etme-stratejileri-olcegi-toad.pdf](#)

Referanslar

Yöndem, Z.D. ve Eren, A. (2008). Deprem Stresi ?le Ba? Etme Stratejileri Ölçe?inin geçerlik ve güvenilirlik çal??malar?. *Türk Psikolojik Dan??ma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 60-75.

Makalenin orijinal ba?lant?s?: pdrdergisi.org.

Deprem Stresi ?le Ba? Etme Stratejileri Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmu? olup hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemiştir.

Dini Ba? etme (5m): Dua ederek rahatlamaya çal??r?m

Olumlu Yeniden De?erlendirme (6m) : Ya?am hakk?nda daha iyimser olmaya çal??r?m

Sosyal Destek Arama (5m) : Ya ad?klar?m? ailem ya da arkada?lar?mla payla??r?m

ARABPSYCHOLOGY.COM