

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19658>

Özet

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ), bireylerde yaygın olarak görülen üç temel olumsuz duygusal durumu, yani anksiyete, stres ve depresyon belirtilerinin şiddetini ölçmek amacıyla kullanılan 42 maddelik bir öz-bildirim aracıdır. Ölçek, Akın ve Çetin (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olup, psikometrik özellikleri kapsamlı bir geçerlik ve güvenirlik çalışmasıyla incelenmiştir. DASÖ, 0 (bana hiç uygun değil) ile 3 (bana tamamen uygun) arasında değişen 4'lü Likert ölçeği formatında yanıtlanmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Depresyon, Anksiyete, Stres, DASÖ, Psikometrik Özellikler, Uyarlama Ölçeği, Geçerlik, Güvenirlik.

Yazarlar

Ahmet Akın, Bülent Çetin.

Amaç

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin (DASÖ) temel amacı, klinik ve normal popülasyonlarda bireylerin son bir hafta içinde deneyimlediği depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini nicel olarak belirlemektir. Bu üç duygusal durumun şiddetini ayrı ayrı ölçerek, psikolojik sıkıntıların spesifik boyutlarına odaklanılmasına olanak tanır.

Uyarlama çalışmasının amacı ise, ölçeğin orijinal psikometrik yapısını Türk kültürüne taşıyarak, Türk örnekleminde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı sağlamaktır.

Yapı

DASÖ, psikolojik sıkıntıyı temsil eden üç farklı ancak ilişkili psikolojik yapıyı ölçmek üzere tasarlanmıştır: Depresyon, Anksiyete ve Stres. Her bir alt ölçek, ilgili yapıların kendine özgü belirtilerini değerlendiren maddelerden oluşur.

Depresyon Alt Ölçeği: Düşük benlik saygısı, umutsuzluk, yaşamdan zevk almama ve motivasyon eksikliği gibi durumlar ölçer.

Anksiyete Alt Ölçeği: Otonomik uyarılma, iskelet kas etkileri, durumsal anksiyete ve panik durumların değerlendirir.

Stres Alt Ölçeği: Kolay sinirlenme, aşırı duyarlılık, gevşeyememe, sabırsızlık ve tahammülsüzlük gibi genel gerginlik durumların ölçer.

Geçerlik

DASÖ'nün Türkçe uyarlaması için gerçekleştirilen geçerlik çalışmaları, ölçeğin yapısal ve ayırt edici geçerliğini güçlü bir şekilde desteklemektedir.

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek üzere yapılan faktör analizi sonucunda, orijinal formdaki gibi üç faktörlü yapının korunduğu gözlemlenmiştir. Faktör yüklerinin .39 ile .88 arasında değiştiği belirlenmiştir ki bu, maddelerin ilgili alt ölçeklere yüksek düzeyde katkı sağladığını göstermektedir.

Ayırt edici geçerlik sonuçları, DASÖ'nün klinik ve normal örnekleme geçerli biçimde ayırt edebildiğini kanıtlamıştır. Ayrıca, ölçeğin uyum geçerliği (benzer yapıya ölçek diğer ölçeklerle korelasyonu) puanlarının sırasıyla .87 ve .84 olduğu raporlanmıştır, bu da yüksek düzeyde bir eş zamanlı geçerliğe işaret etmektedir.

Güvenirlik

Güvenirlik analizleri, ölçeğin tutarlı ve kararlı ölçümler sağladığını göstermiştir. İç tutarlılık güvenirliği, Cronbach Alpha katsayısı ile değerlendirilmiş ve bu katsayı .89 olarak bulunmuştur; bu değer, ölçeğin iç tutarlılığını yüksek olduğunu gösterir.

Madde toplam korelasyonları .51 ile .75 arasında değişmektedir, bu da her bir maddenin genel ölçek puanına anlamlı katkı sağladığını gösterir. Ölçeğin zamana bağlı kararlılığını gösteren test-tekrar güvenirlik puanı .99 ve iki yarım güvenirlik puanı ise .96 gibi istisnai derecede yüksek değerler olarak belirlenmiştir, bu da ölçeğin zaman içinde oldukça kararlı ölçümler yaptığını ortaya koymaktadır.

Faktör Analizi

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin yapısal uygunluğunu test etmek amacıyla yürütülen faktör analizi, ölçeğin üç temel boyuttan (Depresyon, Anksiyete ve Stres) oluştuğunu doğrulamıştır. Bu üç faktörlü yapı, ölçeğin psikolojik sıklıkla bu üç ayrı yönünü bağımsız olarak ölçme yeteneğini desteklemektedir. Faktör yüklerinin geniş bir aralıkta (.39 ile .88) dağılımı, maddelerin ilgili faktörleri temsil etme gücünün yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçek

Test Türü: Uyarlama

Format: 42 maddeden oluşan, öz-bildirim tipi bir ölçektir. Yanıtlar 4'lü Likert ölçeği formatında toplanır (0=bana hiç uygun değil, 3=bana tamamen uygun).

Mevcut Diller: Türkçe (Uyarlama versiyonu).

Popülasyon Grubu: Klinik ve normal örneklemeler üzerinde geçerlik çalışması yapılmıştır; genel yetkin popülasyonuna uygundur.

Yaş Grubu: Yetkinler (Genellikle üniversite öğrencileri ve üstü).

Popülasyon Detayları: Geçerlik çalışması, klinik olarak tanı almış bireyler ile genel popülasyondan alınan bireyleri içermiştir.

Test Metodolojisi: Bireyin kendi duygusal durumunu raporlamasına dayanan öz bildirim (self-report) yöntemi kullanılır.

Anahtar Kelimeler

Psikopatoloji, Öz Bildirim Ölçeği, Duygusal Durumlar, Test-Tekrar Güvenirliği, Uyum Geçerliliği, Klinik Örneklem, Yapı Geçerliliği.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlaması: Bilgi mevcut değildir.

Kurum E-posta Adresleri: Sorumlu yazar için: ahmet.akin@medeniyet.edu.tr

Yayın Adresi: Bilgi mevcut değildir.

Şinler ve Ücretler ile Test Yılı

DASÖ'nün Türkçe uyarlama ve psikometrik özellikleri çalışması 2007 yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin ticari olmayan akademik kullanımları için genellikle izin gereklidir. Ölçeğin kullanımı, telif hakları ve olası ücretlendirme bilgileri için sorumlu yazar Ahmet Akın ile doğrudan iletişime geçilmesi tavsiye edilmektedir.

Referanslar

Akın, A. ve Çetin, B. (2007). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(1), 241-268.

Bu ölçeğin orijinal PDF belgesi şuradan indirilebilir: [depresyon-anksiyete-stres-olcegi-toad.pdf](https://tr-scales.arabpsychology.com/depresyon-anksiyete-stres-olcegi-toad.pdf).

Uyarlama çalışmasının tam metin makalesine şu bağlantıdan ulaşılabilir: kuyeb.com.

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Satılan kaynak içerikte DASÖ'nün 42 maddelik listesi yer almamaktadır. Bu nedenle ölçek maddeleri bu bölümde sunulamamaktadır.

ARABPSYCHOLOGY.COM