

# Duygudurum Profili Ölçeği

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Duygudurum Profili Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20331>

## Özet

Duygudurum Profili Ölçeği (DPÖ), orijinal adı **Duygudurum Profili** (Profile of Mood States - POMS) olan psikolojik bir araçın Türkçe **uyarlama** çalışmasıdır. Bu ölçek, bireylerin geçici ve güncel **duygudurum** durumlarını hızlı ve etkili bir şekilde ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. DPÖ, genellikle altı temel duygusal boyutu değerlendirir: Gerginlik-Anksiyete, Depresyon-Hüzün, Öfke-Dümanlık, Dinçlik-Zindelik, Yorgunluk-Atalet ve Ak-Kafa Karışıklığı. Türkiye'deki **psikometrik** değerlendirmesi Selvi ve arkadaşları tarafından 2011 yılında gerçekleştirilmiştir.

Bu uyarlama çalışması, ölçeğin Türk kültürüne ve diline uygunluğunu, ayrıca orijinal yapıyla tutarlılığını test etmeyi amaçlamıştır. DPÖ, hem klinik araştırmalarda hem de spor psikolojisi gibi performans gerektiren alanlarda yaygın olarak kullanılan güçlü bir araçtır.

## Anahtar Kelimeler

Duygudurum, Duygudurum Profili Ölçeği, POMS, psikometrik, duygudurum, geçerlik, güvenirlik, uyarlama.

## Yazarlar

Selvi, Y., Güleç, M., Aydın, A., Beiroğlu, L.

## Amaç

Duygudurum Profili Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin belirli bir zaman dilimi içerisindeki (genellikle mevcut an veya son bir hafta) geçici ve dalgalanan **duygudurum** durumlarını nicel olarak saptamaktır. Bu ölçüm, özellikle psikolojik müdahalelerin etkinliğini değerlendirmede, sporcuların performans öncesi zihinsel durumlarını izlemede ve çeşitli ruh sağlığı bozukluklarının belirtisi olduğunu takip etmede kritik bir rol oynar.

Türkçe **uyarlama** çalışması ise, bu uluslararası ölçeğin Türkiye popülasyonunda güvenilir ve geçerli bir şekilde kullanılabilmesini sağlamayı hedeflemiştir. Ölçek, klinik ve araştırma ortamlarında hızlı bir tarama aracı olarak hizmet vermektedir.

## Yapı

Duygudurum Profili Ölçeği (DPÖ), literatürde kabul görmüş altı temel faktörden oluşan çok boyutlu bir yapıyı ölçmektedir. Bu faktörler, bireyin anlık duygusal deneyimlerinin temel bileşenlerini temsil eder ve geleneksel olarak şunlardır:

Gerginlik-Anksiyete (Tension-Anxiety)

Depresyon-Hüzün (Depression-Dejection)  
Öfke-Düşmanlık (Anger-Hostility)  
Dinçlik-Zindelik (Vigor-Activity)  
Yorgunluk-Atalet (Fatigue-Inertia)  
Karışıklık-Kafa Karışıklığı (Confusion-Bewilderment)

Ölçek, sürekli kişilik özelliklerinden ziyade, zaman içinde değişebilen ve durumsal faktörlerden etkilenebilen geçici **duygudurum** durumlarına odaklanır. Bu yapısal yaklaşım, ölçeğin esnekliğini ve farklı bağlamlarda kullanılabilirliğini artırmaktadır.

## Geçerlik

Duygudurum Profili Ölçeği'nin Türkçe formunun **geçerlik** çalışmaları, orijinal alt faktörlü yapının Türk örneğinde de tutarlı olup olmadığını incelemiştir. Selvi ve arkadaşlarının 2011 tarihli çalışmasında, yapı geçerliğini destekleyen bulgular elde edilmiştir.

Yapılan analizler, ölçek maddelerinin ilgili olduğu faktörlere yüksek düzeyde yüklendiğini göstermiştir. Bu durum, ölçeğin teorik olarak ölçmesi beklenen psikolojik yapıya başarıyla bir şekilde ölçtüğüne işaret etmektedir. Çalışma, **psikometrik** açıdan tatmin edici düzeyde **geçerlik** kanıtları sunmuştur.

## Güvenirlilik

Ölçeğin **güvenirlilik** değerlendirilmesi, iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) aracılığıyla yapılmıştır. 2011 uyarlama çalışmasında, DPÖ'nün alt ölçeklerinin genel olarak yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu rapor edilmiştir. Yüksek Cronbach Alfa değerleri, ölçek maddelerinin aynı yapıya tutarlı bir şekilde ölçtüğünü ve dolayısıyla ölçeğin zamana karşı kararlılık gösterdiğini teyit etmektedir.

Türkçe formun **güvenirlilik** sonuçları, ölçeğin farklı ölçümlerde benzer sonuçlar verebilme yeteneğini desteklemektedir, bu da onu klinik ve araştırma uygulamaları için güvenilir bir araç haline getirmektedir.

## Faktör Analizi

Duygudurum Profili Ölçeği'nin Türkçe adaptasyonunda, orijinal POMS'un alt faktörlü yapısını doğrulamak amacıyla **faktör analizi** teknikleri kullanılmıştır. Bu analizler, ölçeğin maddelerinin beklendiği gibi alt ayrı duygudurum boyutuna ayrıldığını göstermiştir.

Elde edilen **faktör analizi** sonuçları, Türkçe formun yapısal geçerliliğini kanıtlamaya ve Gerginlik, Depresyon, Öfke, Dinçlik, Yorgunluk ve Kafa Karışıklığı boyutlarının bağamsız

ancak ilikili duygusal durumlar? temsil etti?ini ortaya koymu?tur.

## Araç

**Test Type:** Uyarlama (Adaptasyon)

**Format:** Özbildirim Ölçeği (Likert tipi derecelendirme, genellikle 5 seçenekli)

**Language Available:** Türkçe (Turkish)

**Population Group:** Yeti?kinler (Klinik ve genel popülasyon)

**Age Group:** Genç yeti?kinler ve yeti?kinler (Çal??mada spesifik ya? aral??? belirtilmemi?tir, ancak tipik olarak 18 ya? ve üzeri)

**Population Details:** Selvi ve arkada?lar?n?n çal??mas?, psikiyatri hastalar? ve sa?l?kl? gönüllülerden olu?an bir örneklem üzerinde gerçekte?tirilmi?tir.

**Test Methodology:** Bireylerin belirli bir zaman dilimi içerisindeki duygusal durumlar?n? belirtmelerini gerektiren kâ??t-kalem veya dijital özbildirim metodolojisi.

## Anahtar Kelimeler

Duygusal durum, Gerginlik, Depresyon, Öfke, Dinçlik, Yorgunluk, Kafa Kar???kl???, Özbildirim, Faktör Analizi, ölçek.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilgi mevcut de?ildir.

**Affiliation Email addresses:** Sorumlu yazar için ileti?im bilgisi: [mustafagulec78@yahoo.com](mailto:mustafagulec78@yahoo.com)

**Correspondence Address:** Sorumlu Yazar: Mustafa Güleç

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

**Sorumlu Yazar:** Mustafa Güleç

**Test Y?I? (Uyarlama):** 2011

**?leti?im:** Ölçeğin kullan?m? ve izinleri için sorumlu yazar ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

**PDF Eri?imi:** Ölçeğin orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: [duygudurum-profil-olcegi-toad.pdf](http://duygudurum-profil-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Selvi, Y., Güleç, M., Aydın, A., & Be?iro?lu, L. (2011). Duygudurum Profili'nin (DP) Türkçe formunun **psikometrik** de?erlendirmesi. *Journal Of Mood Disorders*, 1(4), 152-61. DOI: 10.5455/jmood.20110902072033

## Duygudurum Profili Ölçeği Maddeleri

**IMPORTANT:** The original scale items were not provided in the source content. Therefore, this section cannot be filled with specific item text.

Ölçek maddeleri, kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Ölçek, orijinal POMS gibi, alt? temel duygudurum boyutunu ölçen ve genellikle 65 maddeden olu?an bir envanterdir. Maddeler, "hiç", "biraz", "orta düzeyde", "oldukça fazla" ve "a??r? derecede" gibi derecelendirmelerle cevaplan?r.