

Eğitim-Öğretim Yarrantlarında Stresle Baa Çkma Ölçeği (EÖYSBÇÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Eğitim-Öğretim Yarrantlarında Stresle Baa Çkma Ölçeği*
(EÖYSBÇÖ). Turkish Psychological Scales. Retrieved from
<https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20703>

Özet

E?itim-Ö?retim Ya?ant?lar?nda Stresle Ba?a Ç?kma Ölçe?i (EÖYSBÇÖ), ö?rencilerin e?itim ve ö?retim süreçlerinde kar??la?t?klar? strese yönelik geli?tirdikleri ba?a ç?kma düzeylerini ve stratejilerini belirlemek amacıyla 2005 y?l?nda geli?tirilmis? bir ölçme arac?d?r. Ölçek, 23 maddeden olu?makta olup, 4'lü Likert tipi derecelendirme ile yan?tlanmaktadır. Yap?lan psikometrik analizler sonucunda ölçe?in, akademik ya?amdaki stresle ba?a ç?kma davran??lar?n? aç?klayan üç temel faktöre sahip oldu?u belirlenmi?tir. Bu faktörler, toplam varyans?n önemli bir k?sım?n? (%39.67) aç?klamaktadır. Ölçek, yap? **geçerli?i** ve iç tutarlılık **güvenirli?i** aç?s?ndan incelenmi? ve ilgili literatüre önemli katkılar sunmu?tur.

Anahtar Kelimeler

E?itim Stresi, **Stresle Ba?a Ç?kma**, Ö?renci Stresi, Psikometri, Ölçek Geli?tirme, Akademik Ya?am, Duyu?sal Boyut

Yazarlar

A. Oral, Figen Çok, Ö. Kutlu

Amaç

EÖYSBÇÖ'nün temel amacı, ö?rencilerin e?itim ve ö?retim hayatları boyunca deneyimledikleri stresli durumlarla ne kadar etkili bir şekilde ba?a ç?kabildiklerini ölçmektir. Ölçek, ö?rencilerin **akademik ba?arı** ve refah düzeylerini etkileyen ba?a ç?kma mekanizmaları? ortaya ç?karmayı hedefler. Elde edilen veriler, e?itim danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde ö?rencilere yönelik spesifik müdahale programları?n geli?tirilmesine rehberlik etmek için kullan?labılır.

Yap? (Construct)

Ölçek, ö?rencilerin akademik stresle ba?a ç?kma davran??ları? çok boyutlu olarak ele almaktadır. Yap?sal olarak, ö?rencilerin stresle mücadele ederken kullandıkları bili?sel, duyu?sal ve davran??sal stratejileri kapsamaktadır. Bu stratejiler, ö?rencinin ders çalı?ma alışkanlıklarından, s?nav kaygısıyla ba? etme yöntemlerine ve akademik sorumlulukları? yerine getirme biçimine kadar geni? bir yelpazeyi temsil etmektedir. Ölçek, stresin sadece akademik performans üzerindeki etkisini değil, aynı zamanda ö?rencinin psikolojik iyi olu?u üzerindeki etkisini de dolaylı yoldan de?erlendirmeye olanak tanır.

Geçerlik

Ölçe?in yap? geçerli?i, istatistiksel açıdan güçlü bir yöntem olan varimaks rotasyonlu **temel**

Bileşenler Analizi (Principal Components Analysis - PCA) kullanılarak incelenmiştir.

Yapısal Geçerlik: PCA sonucunda ölçeğin üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu doğrulanmıştır. Bu üç faktör, ölçülen yapının teorik beklentilerle uyumlu olduğunu göstermektedir.

Ayrt Edicilik Geçerliği: Ölçekteki uç puan gruplarının (düşük ve yüksek stresle başa çıkma puanı alanlar) ayrt ediciliği incelenmiştir. Düşük ve yüksek puan alan gruplar, **t testi** ile karşılaştırılmış ve grupların hem her bir madde bazında hem de toplam puanda birbirinden anlamlı derecede farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu bulgu, ölçeğin, stresle başa çıkma düzeyleri farklı olan bireyleri başarıyla bir şekilde ayırtabildiğini kanıtlamaktadır.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirliği, iç tutarlılık yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir. Temel güvenilirlik göstergesi olarak **Cronbach Alfa** Güvenirlik Katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen katsayılar, ölçeğin genel olarak kabul edilebilir düzeyde tutarlı olduğunu göstermekle birlikte, bazı alt faktörlerdeki tutarlılığın iyileştirilmesi gerektiğini ifade etmektedir.

Tüm Ölçek için Cronbach Alfa: .77

1. Faktör (Ders Çalışma-Sınav Hazırlanma) için Cronbach Alfa: .79

2. Faktör (Duyusal-Davranşsal Boyut) için Cronbach Alfa: .52

3. Faktör (Sorumluluk-Görev Boyutu) için Cronbach Alfa: .38

Özellikle ikinci ve üçüncü faktörlerin iç tutarlılık değerleri (.52 ve .38), bu alt boyutların yapısal olarak daha az homojen olduğunu veya daha fazla madde eklenerek geliştirilmesi gerektiğini düşündürmektedir.

Faktör Analizi

Yapı geçerliğini belirlemek amacıyla uygulanan varimax rotasyonlu temel bileşenler analizi, EÖYSBÇÖ'nün çok boyutlu doğasını ortaya koymuştur. Analiz sonuçlarına göre ölçek, toplam varyansın %39.67'sini açıklayan üç temel faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler, öğrencilerin eğitim yaşamındaki stresle başa çıkma süreçlerinin farklı yönlerini temsil etmektedir:

Ders Çalışma - Sınav Hazırlanma Boyutu: Bu faktör, öğrencilerin akademik görevleri, ders çalışma düzenleri ve sınavlara hazırlanma süreçleriyle ilgili stres yönetimi becerilerini kapsamaktadır.

Duyusal - Davranşsal Boyut: Bu faktör, stres karşısında ortaya çıkan duygusal tepkiler

(kaygı, endişe) ve bu duyguları yönetmek için kullanılan davranışsal tepkileri içermektedir.

Sorumluluk - Görev Boyutu: Bu faktör, öğrencilerin akademik ve sosyal sorumlulukları yerine getirirken karşılaştıkları baskılar ve bunlarla başa çıkma stratejileri üzerine odaklanmaktadır.

Üç faktörlü yapının toplam varyansı yaklaşık %40'ın açıklaması, ölçeğin eğitim-öğretim yaşantılarında stresle başa çıkma yapısının önemli bir bölümünü yakaladığını göstermektedir.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Geliştirme (Developmental Scale)

Format: 23 maddeden oluşan öz bildirimli ölçek.

Maddeler: 23 Madde

Derecelendirme: 4'lü Likert tipi derecelendirme sistemi kullanılmaktadır:

"hiç tanımlamıyor"

"az tanımlıyor"

"çok tanımlıyor"

"tamamen tanımlıyor"

Mevcut Diller: Türkçe

Hedef Kitle: Öğrenciler (Lise veya Üniversite öğrencileri olduğu varsayılmaktadır.)

Yaş Grubu: Akademik eğitim alan ergenler ve genç yetişkinler.

Popülasyon Detayları: Orijinal çalışmada detaylı popülasyon bilgisi verilmemi olup, akademik eğitim yaşantısı olan bireyler hedeflenmiştir.

Test Metodolojisi: Yapı geçerliği için temel bileşenler analizi, ayırt edicilik için t testi ve güvenirlik için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı kullanılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Eğitim Psikolojisi, Stres Yönetimi, **Faktör Analizi**, Psikometrik Özellikler, Likert Ölçeği, Öğrenci Gelişimi

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Figen Çok

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

?leti?im E-posta Adresi: figencok@baskent.edu.tr

Yaz??ma Adresi: Ba?kent Üniversitesi (Sorumlu yazar?n kurumu)

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Test Y?I?: 2005

?zinler ve Kullan?m Ücreti: Akademik çal??malarda kullan?m? için sorumlu yazarla ileti?ime geçilmesi önerilir.

PDF Kayna??: Ölçe?in tam metni ve detayl? çal??mas? a?a??daki PDF linkinde mevcuttur:

Orijinal PDF ba?lant?s?: [egitim-ogretim-yasantilarinda-stresle-basa-cikma-duzeyini-belirlemeye-yonelik-bir-olcek-calismasi.pdf](https://www.researchgate.net/publication/260111111-egitim-ogretim-yasantilarinda-stresle-basa-cikma-duzeyini-belirlemeye-yonelik-bir-olcek-calismasi.pdf)

ResearchGate ba?lant?s?: [researchgate.net](https://www.researchgate.net)

Referanslar

Oral, A., Çok, F. ve Kutlu, Ö. (2005). E?itim-Ö?retim Ya?ant?lar?nda Stresle Ba?a Ç?kma Düzeyini Belirlemeye Yönelik Bir Ölçek Çal??mas?. *E?itim Bilimleri ve Uygulama*, 4(7), 109-127.

E?itim-Ö?retim Ya?ant?lar?nda Stresle Ba?a Ç?kma Ölçe?i (EÖYSBÇÖ)

Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddelerinin orijinal dilleri korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek maddeleri, kaynak içerikte aç?kça listelenmemi?tir. Maddelerin tam listesi için ilgili akademik yay?na (Oral, Çok ve Kutlu, 2005) ba?vurulmas? gerekmektedir. Çal??ma 23 maddeden olu?maktadır.