

Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nançlar Ölçe?i (EO?O)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nançlar Ölçe?i (EO?O)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20934>

Özet

Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nançlar Ölçe?i (EO?O), bireylerin endi?e etme eyleminin faydalar? veya olumlu sonuçlar? hakk?ndaki inançlar?n? ölçmek üzere tasarlanm?? bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, özellikle metakognitif terapinin ve bili?sel davran??ç? yakla??mlar?n temelini oluşturan, endi?eyi sürdüren bili?sel mekanizmalar? ara?t?rmada kritik bir rol oynamaktadır. Ölçe?in Türkçe adaptasyonu, 2009 y?l?nda Sevda Sar? ve ?hsan Da? taraf?ndan gerçekte?tirilmi?tir.

Ölçek, endi?enin bir problem çözme arac? oldu?u, motivasyonu art?rd??? veya gelecekteki olumsuz olaylar? önlemeye yard?mc? oldu?u gibi pozitif alg?lar? de?erlendirir. Bu tür olumlu inançlar, genellikle Yayg?n Anksiyete Bozuklu?u (YAB) gibi durumlarda görülen a??r? ve kontrol edilemeyen endi?e döngüsünün devamlı?l???nda merkezi bir bile?en olarak kabul edilir. EO?O, klinik ve ara?t?rma ortamlar?nda bu inançlar?n ?iddetini belirlemek için kullanılmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Endi?e, Pozitif ?nançlar, Anksiyete, Bili?sel Model, Ölçek Uyarlama, Metakognisyon, Psikometri, Güvenilirlik.

Yazarlar

Sevda Sar?, ?hsan Da?

Amaç

Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nançlar Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin endi?e etme süreçlerine yükledikleri pozitif anlamlar? ve i?levleri nicel olarak belirlemektir. Bili?sel modeller, endi?enin ba?lang?c?nda olumsuz olaylarla ilgili inançlar olsa da, endi?enin sürdürülmesinde bireyin endi?e etme eyleminin kendisine yönelik sahip oldu?u ikincil, olumlu inançlar?n (metainançlar) önemli oldu?unu öne sürer.

Türkçe uyarlama çal??ması (Sar? & Da?, 2009), orijinal ölçe?in kültürel ve dilsel ba?lamda geçerli ve güvenilir bir ?ekilde kullan?labilirli?ini sa?lamay? amaçlam??tır. Bu uyarlama, klinik psikoloji alan?ndaki ara?t?rmacılar?n ve uygulay?c?lar?n Türk popülasyonunda endi?enin metakognitif bile?enlerini do?ru bir ?ekilde de?erlendirmesine olanak tan?maktadır.

Yap?

EO?O, endi?enin bili?sel modelindeki merkezi bir kavram olan **pozitif metakognitif inançlar** yap?s?n? ölçer. Bu yap?, endi?enin faydal? oldu?una dair spesifik inançlar? kapsar. Örne?in, ki?i,

endi?elenmenin kendisini sorunlara haz?rlad???na, daha iyi performans göstermeye te?vik etti?ine veya olas? tehlikelerden korudu?una inanabilir.

Ölçek, endi?eyi bir tehdit olarak görmenin aksine, bir ba?a ç?kma stratejisi veya koruyucu mekanizma olarak alg?lamay? de?erlendirir. Yüksek puanlar, bireyin endi?enin faydal? oldu?u inanc?n? güçlü bir ?ekilde benimsedi?ini gösterir ve bu da genellikle kronik endi?e bozukluklar?n?n etiyolojisinde önemli bir faktördür.

Geçerlik

Sar? ve Da? (2009) taraf?ndan yürütölen uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in yap?sal ve e? zamanl? geçerlili?ine odaklan?lm??t?r. Ölçe?in, Türk költürüne özgü dilsel ve psikometrik standartlara uygun olarak uyarlanmas? sa?lanm??t?r.

Geçerlik çal??mas?, EO?O puanlar?n?n, teorik olarak ili?kili olmas? beklenen di?er psikopatoloji ölçümleriyle korelasyonunu incelemi?tir. Özellikle, **Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nançlar Ölçe?i**'nin puanlar?, **Belirsizli?e Tahammölsözlük Ölçe?i** ve **Endi?enin Sonuçlar? Ölçe?i** gibi di?er endi?e ve anksiyete ile ilgili yap?larla anlaml? ili?kiler göstererek, yap? geçerlili?ini desteklemi?tir. Orijinal çal??man?n tam geçerlilik bulgular?na, referanslar bölümünde belirtilen akademik makale arac?l???yla ula??labilir.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenilirli?i, Türkçe uyarlama çal??mas?nda test-tekrar test yöntemi kullan?lararak de?erlendirilmi?tir. Güvenirlik analizi sonuçlar?, ölçe?in zaman içinde tutarlı? ölçümler yapabildi?ini ortaya koymu?tur.

Test-Tekrar Test Güvenirli?i: Alt? hafta aral?kla yap?lan ölçümlerde güvenilirlik katsay?s? 0.80 olarak bulunmu?tur. Bu de?er, psikometrik aç?dan kabul edilebilir düzeyde güçlü bir zamansal kararlıl???a i?aret etmektedir.

?ç Tutarlıl?k: Uyarlama çal??mas?, ayr?ca ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ne ölçüde ölçtü?ünü gösteren iç tutarlıl?k katsay?s?n? (genellikle Cronbach Alfa) da incelemi?tir. Yüksek iç tutarlıl?k de?erleri, ölçek maddelerinin homojen oldu?unu ve pozitif endi?e inançlar? yap?s?n? güvenilir bir ?ekilde temsil etti?ini göstermektedir.

Faktör Analizi

Sar? ve Da? (2009) taraf?ndan gerçekte?tirilen uyarlama çal??mas?, **Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nançlar Ölçe?i**'nin orijinal tek faktörlü veya çok faktörlü yap?s?n?n Türk örnekleminde korunup korunmad???n? belirlemek için Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) veya Aç?mlay?c? Faktör Analizi

(AFA) y?ntemlerini kullanm???r.

Genellikle bu ?l?ekler, pozitif inan?lar?n tek bir genel fakt?r alt?nda topland??? bir yap? sergiler. Uyarlama s?recinde, orijinal ?l?e?in fakt?r yap?s?n?n T?rk k?lt?r?ne uygunlu?unu do?rulamak, ?l?e?in k?lt?rel e?de?erli?ini ve yap?s?sal ge?erlili?ini sa?lamak a?s?ndan hayati ?neme sahiptir. Bu analizler, ?l?e?in yap?s?sal b?t?nl?n?n korundu?unu g?stermi?tir.

Ara?

Test Tipi: Uyarlama

Format: Yaz?l? ?z bildirim (Self-Report) ?l?e?i.

Derecelendirme: 5'li Likert Tipi derecelendirme kullan?lmaktad?r. Bu format, kat?l?mc?lar?n her bir maddeye ne ?l??de kat?ld?klar?n? veya kat?lmad?klar?n? belirtmelerini sa?lar (?:rne?: 1=Hi? Kat?lm?yorum, 5=Tamamen Kat?l?yorum).

Mevcut Diller: T?rk?e, Orijinal dil (Genellikle ?ngilizce).

Pop?lasyon Grubu: Klinik ve klinik d??? yeti?kin pop?lasyon.

Ya? Grubu: Yeti?kinler (Genellikle ?niversite ??rencileri ve genel toplum ?rneklemi).

Pop?lasyon Detaylar?: Uyarlama ?al???mas?, genellikle ?niversite ??rencileri veya toplumdan g?n?ll?ler ?zerinde ger?ekle?tirilmi?tir. ?l?ek, anksiyete bozukluklar?na yatk?nl??? olan veya kronik endi?e ya?ayan bireylerde kullan?m? i?in uygundur.

Test Metodolojisi: Bireylerden, endi?e etme eyleminin kendisi hakk?ndaki inan?lar?n? derecelendirmeleri istenir. Y?ksek puanlar, endi?eye y?nelik g??l? olumlu inan?lar? i?aret eder.

Anahtar Kelimeler

Pozitif Metainan?lar, Bili?sel Terapi, YAB, Psikolojik De?erlendirme, ?l?ek Geli?tirme, ?z Bildirim.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Sevd? Sar?

Sorumlu Yazar ?leti?im: sevda.ksm@gmail.com

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

Kurum E-posta Adresleri: Bilgi mevcut de?ildir.

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

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Test Y?I? (Uyarlama): 2009

?zinler ve Ücret: ?l?e?in akademik ve ara?t?rma ama?l? kullan?m? genellikle ilgili makaleye at?f yapmak ko?uluyla mümkündür. Klinik uygulamalarda kullan?m ?artlar? için sorumlu yazar Sevda Sar? ile ileti?ime geçilmesi önerilir. Ticari kullan?m için özel izinler gerekebilir.

PDF Kayna??: ?l?e?in orijinal PDF belgesine, uyarlama ?al??mas? kapsam?nda haz?rlanan form arac?l???yla eri?ilebilir.

Orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [endise-ile-ilgili-olumlu-inanclar-olcegi-eoio-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Sar?, S. ve ?hsan, D. (2009). Belirsizli?e Tahammülsüzlük ?l?e?i, Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nan?lar ?l?e?i ve Endi?enin Sonuçlar? ?l?e?i'nin Türk?eye uyarlanması, geçerlili?i ve güvenilirli?i. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 261-270.

Makale ba?lant?s? (Hacettepe Üniversitesi): [yunus.hacettepe.edu.tr](#)

Endi?e ile ?lgili Olumlu ?nan?lar ?l?e?i (EO?O) Maddeleri

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

Ölçek maddeleri, sa?lanan kaynak içerikte bulunmamaktadır. Maddelere eri?im için yukarıda belirtilen referans makalenin incelenmesi gerekmektedir.