

EPOCH Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *EPOCH Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21045>

Özet

Psikometri alanında önemli bir araç olan **EPOCH Ölçeği**, özellikle ergen popülasyonunda beş boyutlu iyi oluş modelini ölçmek amacıyla geliştirilmiş ve Türkçe'ye uyarlanmış bir ölçektir. Ölçek, bireyin olumlu duyguları ve psikolojik sağlığını değerlendiren Bağlılık, Kararlılık, Optimizm, İyilik ve Mutluluk olmak üzere beş temel boyuttan oluşmaktadır. Demirci ve Eki (2015) tarafından gerçekleştirilen bu uyarlama çalışması, ölçeğin Türkçe formunun ergenler üzerindeki geçerlik ve güvenilirlik özelliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir. Ölçek, toplam 20 madde ve 5'li **Likert Ölçeği** formatında yapılandırılmıştır.

Anahtar Kelimeler

EPOCH Ölçeği, **İyi Oluş**, Ergenlik, Psikolojik Sağlık, Bağlılık, Kararlılık, Optimizm, Geçerlik, Güvenirlik, **Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)**.

Yazarlar

İbrahim Demirci, Fatih Eki

Amaç

EPOCH Ölçeği'nin temel amacı, ergenlerin yaşam kalitesini ve psikolojik refahını beş temel bileşen üzerinden kapsamlı bir şekilde değerlendirmektir. Ölçeğin Türkçe adaptasyonu, orijinal İngilizce formun temel aldığı beş faktörlü iyi oluş modelinin Türk kültürüne ve diline uygunluğunu sağlamak ve bu modelin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak sağlamaktır.

Bu araç, eğitim, klinik ve araştırma ortamlarında ergenlerin güçlü yönlerini ve olumlu psikolojik özelliklerini belirlemek için kullanılabilir, böylece önleyici ve destekleyici müdahalelerin etkinliğini ölçmeye yardımcı olur.

Yapı

EPOCH Ölçeği, pozitif psikolojideki iyi oluş kavramını temsil eden ve her biri 4 maddeden oluşan toplam beş alt boyuttan meydana gelmektedir. Bu boyutlar, ergenlerin farklı alanlardaki olumlu duygularını yansıtmaktadır:

Bağlılık (Engagement): Bireyin yaptığı işe tamamen kendini kaptırma ve yüksek konsantrasyon gösterme yeteneği.

Kararlılık (Perseverance): Hedeflere ulaşmada sebat etme ve zorluklara rağmen planlara sadık kalma becerisi.

Optimizm (Optimism): Geleceğe dair olumlu beklentilere sahip olma ve belirsizlik durumlarında

en iyisini umma eğilimi.

İlişkili (Connectedness): Sosyal destek algısına sahip olma ve başkalarıyla derin, anlamlı ilişkiler kurma hissiyatı.

Mutluluk (Happiness): Genel olarak yaşamdan memnuniyet duyma ve pozitif duygular yaşamaya durumu.

Geçerlik

EPOCH Ölçeği'nin Türkçe formunun yapı geçerliliğini değerlendirmek amacıyla **Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)** uygulanmıştır. Beş boyutlu modelin uyumunu belirleyen indeks değerleri, modelin veri ile kabul edilebilir düzeyde uyumlu olduğunu göstermiştir.

Uyum İndeksi Değerleri: $\chi^2 = 381.29$, $sd = 160$.

RMSEA: .074 (Kabul edilebilir sınırdır).

Diğer Uyum İndeksleri: NFI = .96, NNFI = .98, CFI = .98, IFI = .98, RFI = .96 ve SRMR = .052 (Tüm değerler mükemmel uyum düzeyine yakındır).

Faktör Yükleri: Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .37 ile .84 arasında değişmekte olup, bu durum maddelerin ilgili alt boyutlar güçlü bir şekilde temsil ettiğini göstermektedir.

Ölçeğin ölçüt geçerliliği kapsamında, **Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu** ile yakınsama geçerliliği incelenmiştir. EPOCH Ölçeği'nin toplam puanı ile Oxford Mutluluk Ölçeği arasında .61 düzeyinde güçlü ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alt boyutlar arasındaki korelasyon katsayıları ise .35 ile .60 arasında değişmektedir, bu da iyi olmanın farklı yönlerinin mutlulukla tutarlı bir şekilde ilişkili olduğunu kanıtlamaktadır.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenirlik analizleri, yüksek düzeyde **Ç Tutarlılık** sergilediğini ortaya koymuştur.

Toplam Puan Ç Tutarlılık Katsayısı (Cronbach Alpha): .95 olarak hesaplanmıştır, bu değer ölçeğin genel olarak mükemmel bir güvenilirliğe sahip olduğunu gösterir.

Alt Boyut Ç Tutarlılık Katsayıları: Alt boyutlara ilişkin Cronbach Alfa katsayıları .72 ile .88 arasında değişmektedir. Bu aralık, alt boyutların da güvenilir ölçümler sunduğunu göstermektedir.

Düzeltilmiş Madde Toplam Puan Korelasyonları: Maddelerin toplam puanla olan korelasyon katsayıları .41 ile .77 arasında değişmektedir. Bu yüksek değerler, her bir maddenin ölçülen genel yapıyla tutarlı olduğunu ve ölçekten çıkarılmaya gerek olmadığını göstermektedir.

Faktör Analizi

EPOCH Ölçeği'nin adaptasyon çalışması, orijinal beş boyutlu yapıyı test etmek amacıyla

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Analiz sonuçları, ölçeğin Türkçe formunun da orijinal yapıyı koruduğunu ve beş faktörlü modelin ergen verilerine uygun olduğunu doğrulamıştır. Elde edilen uyum indeksleri (özellikle CFI, NFI ve SRMR), modelin yapısal olarak geçerli olduğunu desteklemektedir. Madde faktör yüklerinin yüksek olması (.37 - .84), her bir maddenin belirlenen alt boyutu güçlü bir şekilde temsil ettiğini göstermiştir.

Ölçme Aracı

Test Türü: Uyarlama (Adaptation)

Format: 5 alt boyut ve toplam 20 madde (Her alt boyut 4 madde içerir).

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Ergenler

Yaş Grubu: Araştırma kaynağında spesifik yaş aralığı belirtilmese de, ergen popülasyonuna yöneliktir.

Popülasyon Detayları: Türkiye'deki ergenler üzerinde standardize edilmiştir.

Test Metodolojisi: 5'li **Likert Ölçeği** kullanılmıştır. Derecelendirme şu şekildedir: 1= hiçbir zaman - 5= her zaman.

Anahtar Kelimeler

Yeni Oluş Modeli, Ergen Psikolojisi, Pozitif Psikoloji, **Ç Tutarlılık**, Ölçek Adaptasyonu, **Psikometri**.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanıtıcıları: Bilgi mevcut değildir.

İletişim E-posta Adresi: ibrahimdemircipdr@gmail.com

Yazma Adresi: Bilgi mevcut değildir.

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Şinler ve Ücret: Ölçeğin kullanıma ilişkin spesifik ticari ücret bilgisi mevcut değildir; ancak akademik çalışmalarda kullanımı için sorumlu yazarla iletişime geçilmesi önerilir.

Test Yılı: Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması 2015 yılında

yayınlanmamıştır.

Ek Materyaller: Ölçeğin orijinal PDF ve DOCX dosyaları mevcuttur.

Orijinal PDF dosyası: [epoch-olcegi-toad.pdf](#)

DOCX dosyası: [epoch-olcegi-toad.docx](#)

Kaynaklar

Demirci, ?. ve Ekşi, F. (2015). Ergenler için beş boyutlu iyi olma modeli: EPOCH Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerliliği ve güvenirliği. *Gençlik Araştırmalar Dergisi* 3(3), 9-30.

Makalenin tam metnine aşağıdaki bağlantıdan ulaşılabilir: genclikarastirmalari.gsb.gov.tr

EPOCH Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Ölçek, 5 alt boyut ve 20 maddeden oluşmaktadır:

Bağımlılık (4 m): Kendimi yaptığım işe tamamen kaptırırım.

Kararlılık (4 m): Bir şey için plan yaptığımda o plana uyarım.

Yalnızlık (4 m): Belirsizlik durumlarında en iyisini umarım.

İlişkililik (4 m): Bir sorun yaşadığımda benimle ilgilenecek birileri vardır.

Mutluluk (4 m): Mutlu hissedirim.