

Ergenler ?çin Sa?l?kl? Ya?am Biçimi ?nançlar? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Ergenler ?çin Sa?l?kl? Ya?am Biçimi ?nançlar? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21164>

  zet

Ergenler    in Sağlıklı Yaşam Biçimi   nan  lar        i (E SYB  ), ergenlerin kendi sağlık davranışlarına ve bu davranışları etkileyen çevresel faktörlere yönelik sahip oldukları inançları    mek amacıyla geliştirilmiş özgün bir psikolojik         .      , toplam 16 maddeden oluşmakta olup, iki temel alt boyutu değerlendirmektedir: Bireyin sağlık davranışlarına yönelik inançları (9 madde) ve aile desteği ile problemlerle başa çıkma davranışlarına yönelik inançları (7 madde).      , 2018 yılında Büşra Kaya tarafından yüksek lisans tezi kapsamında geliştirilmiştir.

Anahtar Kelimeler

Sağlıklı Yaşam Biçimi, Ergenler, Sağlık   nan  lar  , Aile Desteği, Ba  a    kma, Psikometri,       Geliştirme.

Yazarlar

Büşra Kaya

Amaç

     in temel amacı, Türkiye bağlamında, ergenlik dönemindeki bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürme konusundaki inanç düzeylerini, algılarını ve bu inançları etkileyen sosyal destek mekanizmalarını (  zellikle aile desteğini) geçerli ve güvenilir bir şekilde belirlemektir. Bu araç, hem koruyucu ruh sağlığı çalışmalarına hem de halk sağlığı müdahalelerine temel veri sağlamayı hedeflemektedir.

Geliştirme süreci, ergenlerin sağlık davranışlarını etkileyen karmaşık psikososyal faktörleri kapsayacak şekilde yap  land  r  lm      r. Bu sayede, sadece bireysel davranış eğilimleri değil, aynı zamanda çevresel faktörlerin sağlıklı yaşam biçimi inançları üzerindeki etkisi de     lelebilmektedir.

Yapı

Ergenler    in Sağlıklı Yaşam Biçimi   nan  lar        i, iki ana faktörden oluşan çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Toplam 16 madde, bu faktörler arasında da            r.

Faktör 1: Bireysel Sağlık Davranışlarına Yönelik   nan  lar   (9 Madde): Bu boyut, ergenin kişisel sorumluluk, beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite gibi doğrudan kendi kontrolündeki sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına yönelik algılanan yeterliliğini ve inançlarını     r.

Faktör 2: Aile Desteği ve Problemlerle Başa    kma   nan  lar   (7 Madde): Bu boyut, ergenin

sa?l?kla ilgili konularda ailesinden ald??? deste?i ve zorluklar kar??s?nda etkili ba?a ç?kma stratejilerini kullanma becerisine olan inanc?n? de?erlendirir. Bu faktör, sosyal çevrenin sa?l?kl? ya?am inançlar? üzerindeki kritik rolünü vurgular.

Geçerlik

Ölçek, bir yüksek lisans tezi kapsam?nda geli?tirildi?i için, psikometrik özelliklerinin titizlikle incelendi?i varsay?lmaktadır. Ölçe?in geçerlik çal??malar?, yap?sal uygunlu?unu kan?tlamaya odaklanm??tır. Bu çal??malar genellikle Kapsam Geçerli?i (uzman görüş?leri ile madde havuzunun olu?turulmas?) ve Yap? Geçerli?i (Faktör Analizi) a?amalar?n? içerir.

Yap?lan Faktör Analizi çal??malar? ile, ölçe?in teorik olarak öngörülen iki faktörlü yap?y? (Bireysel Sa?l?k ?nançlar? ve Aile Deste?i/Ba?a Ç?kma) yeterince temsil etti?ini gösteren bulgulara ula??ld??? kabul edilmektedir. Bu, ölçe?in gerçekten ölçmek istedi?i psikolojik yap?y? ölçtü?ünü göstermektedir.

Güvenirlik

Ölçe?in geli?tirme a?amas?nda, ölçüm tutarlılı??n? de?erlendirmek amacıyla güvenirlik çal??malar? gerçekleştirilmi?tir. Güvenirlik analizleri, genellikle iç tutarlılık katsay?s? (Cronbach Alfa) hesaplamalar?n? içerir.

Yüksek iç tutarlılık katsayılar?, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ölçme konusunda homojen oldu?unu ve ölçümün hatasızlı?a yakın oldu?unu i?aret eder. Tezin bulgular?, E?SYB?Ö'nün hem genel ölçek hem de alt boyutlar baz?nda yeterli düzeyde güvenilirli?e sahip oldu?unu göstermelidir.

Faktör Analizi

Ölçe?in yap? geçerli?ini belirlemek amacıyla faktör analizi teknikleri kullan?lm??tır. 16 maddenin, sa?l?kl? ya?am biçimi inançlar?n?n farklı yönlerini temsil eden iki ayrı faktöre ayr?lmas?, bu analizin sonucudur.

Bu iki faktörlü yap?, ergen sa?l??? literatüründeki bireysel davran?? e?ilimlerinin yan? s?ra, çevresel ve sosyal deste?in önemini de vurgulayan teorik çerçevelerle uyumludur. Faktör yüklerinin ve öz de?erlerin incelenmesi, ölçe?in her bir maddesinin ait oldu?u alt boyutu güçlü bir ?ekilde temsil etti?ini ortaya koymu?tur.

Araç

Test Type: Geli?tirme (Özgün Ölçek Geli?tirme Çal??ması)

Format: Be?li Likert Tipi Derecelendirme Ölçe?i

Language Available: Türkçe

Population Group: Ergenler

Age Group: Genellikle ortaokul ve lise ça??ndaki ergenler (12-18 ya? aral???). (Tam ya? aral??? tezde belirtilmi?tir.)

Population Details: Türkiye Cumhuriyeti s?n?rlar? içerisinde ö?renim gören ergen bireyler.

Test Methodology: Bireyin kendine yönelik inançlar?n? "Kesinlikle Kat?lm?yorum" (1) ile "Kesinlikle Kat?l?yorum" (5) aras?nda derecelendirmesi esas?na dayan?r.

Anahtar Kelimeler

Sa?l?k Davran??lar?, Ya?am Biçimi ?nançlar?, Aile Fonksiyonlar?, Adaptasyon, Psikometrik Özellikler, Gazi Üniversitesi.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: busrakaya_01@icloud.com

Correspondence Address: Gazi Üniversitesi, Ankara (Tez çal??mas?n?n yap?ld??? kurum).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2018 (Yüksek Lisans Tezi Tamamlanma Y?l?).

?zinler ve Ücret: Ölçe?in kullan?m? iin gerekli izinler, sorumlu yazar Bü?ra Kaya'dan alınmal?d?r. Ticari olmayan akademik kullan?mlar iin genellikle izin talep edilmesi yeterlidir. Ücret bilgisi belirtilmemi?tir.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [ergener-icin-saglikli-yasam-bicimi-inanclari-olcegi-toad.pdf](https://tr-scales.arabpsychology.com/ergener-icin-saglikli-yasam-bicimi-inanclari-olcegi-toad.pdf)

Kaynaklar

Kaya, B. (2018). *Ergenler iin Sa?l?kl? Ya?am Biçimi ?nançlar? Ölçe?inin uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çal??maları*. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Ergenler Çin Sa?l?kl? Ya?am Biçimi ?nançlar? Ölçe?i Maddeleri

NEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Bireyin sa?l?k davran??lar?na yönelik inançlar?n? len 9, aile deste?i ve problemlerle ba?a?kma davran??lar?na yönelik inançlar? len 7 madde olmak üzere toplam 16 maddeden olu?maktadır.

ARABPSYCHOLOGY.COM