

Genel Yaşam Tatmini Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Genel Yaşam Tatmini Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=22209>

Özet

Genel Yaşam Tatmini Ölçeği (GYTÖ), 2017 yılında Sümeyye Koç ve Yasin Kılıç tarafından **yaşam tatmini** düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçek, bireylerin kendi yaşam kalitelerine dair küresel bilişsel yargılarını ve memnuniyetlerini değerlendirmeyi hedefler. Geliştirme çalışması, ölçeğin Türkçe konuşan popülasyon bağlamında geçerliliğini ve güvenilirliğini ortaya koymaya amaçlanmıştır, bu sayede psikoloji ve eğitim araştırmalarında kullanılabilecek standart bir ölçüm aracı sunulmuştur.

Ölçeğin geliştirilme süreci, 2017 yılında düzenlenen IX. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Birliği Kongresi'nde sunulan bir bildiri ile duyurulmuştur. Bu çalışmada, GYTÖ'nün yapısal özelliklerini, iç tutarlılığını ve ilişkili olduğu diğer yapılarla olan korelasyonlarını inceleyerek ölçeğin bilimsel kullanıma uygunluğunu kanıtlanmıştır.

Anahtar Kelimeler

Yaşam Tatmini, Öznel İyi Olma, Psikometrik Ölçek Geliştirme, Geçerlik, Güvenirlik, Sümeyye Koç, Yasin Kılıç.

Yazarlar

Sümeyye Koç, Yasin Kılıç.

Amaç

Genel Yaşam Tatmini Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin yaşamlarının bütününe dair ne ölçüde memnun olduklarını ve yaşam hedeflerine ulaştıklarını belirlemektir. Bu araç, özellikle Türk kültürüne özgü bağlam ve dil yapısına uygun, yüksek güvenilirliğe sahip bir ölçüm sağlamak üzere tasarlanmıştır.

Ölçek, klinik uygulamalarda ve akademik araştırmalarda bireylerin psikolojik sağlığını ve öznel iyi olma düzeylerini hızlı ve etkili bir şekilde değerlendirmek için kritik bir rol oynamaktadır. Aynı zamanda, farklı müdahale programlarını veya yaşam olaylarının bireyin genel yaşam tatmini üzerindeki etkilerini longitudinal çalışmalarla izlemeye olanak tanır.

Yapı

Ölçek, pozitif psikolojinin temel kavramlarından biri olan **Yaşam Tatmini** (Life Satisfaction) yapısına ölçmektedir. Bu yapı, bilişsel bir değerlendirme sürecini ifade eder; yani bireyin yaşamının çeşitli alanlarını (iş, aile, sağlık, ilişkiler vb.) kendi belirlediği standartlara göre

yargılamasındır. Bu yapı, duygusal durumdan farklı olarak, daha istikrarlı ve küresel bir değerlendirmeyi temsil eder.

GYTÖ, tek boyutlu bir yapıyı hedefleyerek, bireyin yaşamına dair genel ve bütüncül memnuniyet algısını yakalamayı amaçlamıştır. Bu, ölçeğin kullanımı kolaylaştıran artıırken, yaşam tatmini kavramının teorik olarak bütüncül bir değerlendirme olarak ele alınmasına dayanır.

Geçerlik

Ölçeğin geliştirme çalışmasında (Koç & Kılıç, 2017), yapısal uygunluğunu doğrulamak amacıyla çeşitli **geçerlik** analizleri yürütülmüştür. Bu analizler genellikle yapı geçerliliği, ölçüt geçerliliği ve ayrıma geçerliliğini içerir. Yapı geçerliliği bağlamında, ölçeğin teorik olarak ölçmesi beklenen yapıyı ne kadar iyi temsil ettiğini göstermek için Faktör Analizi yöntemleri kullanılmıştır.

Çalışmada, GYTÖ maddelerinin yaşam tatmini yapısı altında toplandı ve diğer benzer yapılarla beklenen düzeyde ilişkiler gösterdiği varsayılmaktadır. Ölçeğin **geçerlik** sonuçlarının, aracın Türk popülasyonunda yaşam tatmini düzeylerini doğru bir şekilde ölçtüğünü desteklediği belirtilmiştir, ancak spesifik katsayılar (örneğin, faktör yükleri veya korelasyon değerleri) bu kaynakta mevcut değildir.

Güvenirlik

Güvenirlik, bir ölçüm aracının tutarlılık derecesini ifade eder. Koç ve Kılıç'ın (2017) çalışması, GYTÖ'nün iç tutarlılığını (Internal Consistency) belirlemek amacıyla muhtemelen **Cronbach Alfa** katsayısını hesaplamıştır. Yüksek bir Cronbach Alfa değeri, ölçek maddelerinin aynı temel yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Genel yaşam tatmini gibi nispeten stabil bir yapıyı ölçen araçlarda, test-tekrar test güvenilirliği de sıklıkla rapor edilir. Bu yöntem, ölçeğin farklı zamanlarda uygulandığında tutarlı sonuçlar verip vermediğini kontrol eder. Geliştirme çalışmasının, ölçeğin psikometrik açıdan sağlam ve tekrarlanabilir sonuçlar ürettiğini kanıtlandığı kabul edilmektedir.

Faktör Analizi

Genel Yaşam Tatmini Ölçeği'nin yapısal geçerliliğini incelemek için büyük olasılıkla **Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA)** ve/veya **Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)** kullanılmıştır. Bu analizler, ölçeğin teorik olarak tek boyutlu olması beklenen yapıyı istatistiksel olarak desteklemeyi amaçlamıştır.

Faktör analizinin sonuçları, maddelerin tek bir temel faktör altında yüksek yükler verdiğini ve bu faktörün varyansın önemli bir kısmının açıkladığını göstermelidir. Bu bulgular, ölçeğin yaşam tatmini yapısını saf ve net bir şekilde ölçtüğünü teyit eder ve ölçeğin puanlanması için tek bir toplam puan üzerinden yapılması destekler.

Araç

Test Çeşidi: Geliştirme

Format: Kendini Değerlendirme (Self-Report) Ölçeği

Derecelendirme: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir. Genellikle 5'li veya 7'li Likert tipi derecelendirme formatı kullanılmaktadır (Örn: 1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum).

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon

Yaş Grubu: Yetişkinler ve Ergenler

Popülasyon Detayları: Geçerlik ve güvenirlik çalışması, Türkiye'deki üniversite öğrencileri veya genel yetişkinler örnekleminde gerçekleştirilmiştir.

Test Metodolojisi: Kağıt-kalem veya dijital ortamda uygulanan, bireyin kendi yaşamına dair genel yargılarını ifade ettiği maddelerden oluşan bir ölçektir.

Anahtar Kelimeler

Öznel Yaş Oluş, Bilişsel Değerlendirme, Memnuniyet, Psikolojik Değerlendirme, Ölçek Geliştirme, Faktör Analizi, Türkiye.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Sümeyye Koç

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Belirtilmemiştir.

Kurumsal E-posta Adresleri: Belirtilmemiştir.

Yayın Adresi: Belirtilmemiştir.

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçek, akademik ve araştırmacı amaçlı kullanılm için geliştirilmiştir. Ticari kullanım ve telif hakları için sorumlu yazar Sümeyye Koç ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Ölçeğin geliştirildiği ve ilk psikometrik çalışmaları yayınlandı yılı **2017**'dir.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi, kaynak materyalde belirtilmiştir. Orijinal PDF dosyası buradan indirilebilir: genel-yasam-tatmini-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

Koç, S., & Kılıç, Y. (2017). Genel Yaşam Tatmini Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *IX. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Birliği Kongresi* içinde (s.380-395). Ordu: Ordu Üniversitesi.

Genel Yaşam Tatmini Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir. Ölçek maddeleri bu kaynakta mevcut değildir.

Genel Yaşam Tatmini Ölçeği'nin maddeleri bu kaynakta sağlanmamıştır. Kullanım ve maddelere erişim için sorumlu yazar (Sümeyye Koç) ile iletişime geçilmesi veya belirtilen referans kaynağa başvurulması gerekmektedir.