

Günlük Amaçlar Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Günlük Amaçlar Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=22497>

Özet

Günlük Amaçlar Ölçeği (GAÖ), bireylerin günlük yaşamlarında ulaşılabilir kişisel günlük amaçlar belirleme ve bu amaçların gerçekleştirme yeterliliklerine dair algılarının ölçmek amacıyla tasarlanmış bir psikolojik araçtır. Bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması, Bakioğlu ve Eraslan-Çapan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, orijinal formunda olduğu gibi, tek boyutlu bir yapı sergilemekte ve 12 maddeden oluşmaktadır. Türkçe formunun geliştirilmesi, ölçeğin Türkiye'deki akademik araştırmalarda ve psikolojik danışmanlık uygulamalarında kullanılabilmesi için gerekli olan psikometrik özelliklerinin incelenmesini içermiştir.

Anahtar Kelimeler

Günlük Amaçlar Ölçeği, günlük amaçlar, psikometrik özellikler, Türkçe uyarlama, tek boyut, Likert.

Yazarlar

Fuad Bakioğlu, Binnur Eraslan-Çapan

Amaç

Günlük Amaçlar Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin günlük düzeyde hedef belirleme kapasitelerini ve bu hedeflere ulaşma konusundaki motivasyonlarının değerlendirmektir. Ölçeğin Türkçe formunun uyarlama çalışması, özgün ölçeğin dilsel ve kültürel etdeğerliliğini sağlayarak ve Türk popülasyonu üzerindeki geçerlik ile güvenirlik kanıtlarını sunarak hedeflemiştir.

Bu çalışmada, günlük hedeflere odaklanmanın, genel yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmacılar için güvenilir bir ölçüm aracı sunmaktadır. Ölçek, özellikle eğitim ve kariyer danışmanlığı bağlamlarında bireylerin amaç belirleme becerilerini destekleyici müdahalelerin etkinliğini ölçmek için kullanılabilir.

Yapı

Günlük Amaçlar Ölçeği, bireyin günlük yaşamda spesifik, ulaşılabilir ve kişisel olarak anlamlı amaçlar bulma ve belirleme yeteneğini yansıtan tek bir psikolojik yapıyı ölçmektedir. Bu yapı, genellikle hedef yönelimi (goal orientation) ve eylem planlama (action planning) kavramlarıyla ilişkilidir.

Ölçekteki maddeler, bireyin günlük hedefleri algılayış biçimini, bu hedeflere ulaşma konusundaki beklentilerini ve mevcut durumlarının değerlendirme düzeylerini sorgulamaktadır. Yapılan faktör analizi çalışmaları, Türkçe formunun da bu tek boyutlu yapıyı başarıyla bir şekilde koruduğunu göstermektedir.

Geçerlik

Günlük Amaçlar Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik çalışmaları (Bakioğlu ve Eraslan-Çapan, 2015), genellikle yapı geçerliliğini test etmeye odaklanmıştır. Yapı geçerliliği, ölçeğin teorik olarak ölçmesi beklenen yapıyı ne ölçüde doğru ölçtüğünü gösterir.

Çalışmada, ölçeğin tek faktörlü yapıya mı Türk kültürü için uygun olup olmadığını belirlemek üzere doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, 12 maddelik tek boyutlu yapıya kabul edilebilir uyum indekslerine sahip olduğunu ve bu durumun ölçeğin yapı geçerliliğine katkı sağladığını ifade etmektedir.

Güvenirlilik

Ölçeğin güvenirlilik analizi, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) hesaplanarak incelenmiştir. İç tutarlılık, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ne kadar tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Bakioğlu ve Eraslan-Çapan (2015) tarafından yürütülen çalışmada, Günlük Amaçlar Ölçeği'nin Türkçe formunun iç tutarlılık katsayısının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu yüksek değer, ölçeğin maddelerinin günlük amaçlar yapıya güvenilir bir şekilde ölçtüğünü ve dolayısıyla ölçeğin bilimsel araştırmalarda kullanıma uygun olduğunu göstermektedir.

Faktör Analizi

Günlük Amaçlar Ölçeği'nin Türkçe uyarlama sürecinde, ölçeğin yapısal modelini doğrulamak amacıyla faktör analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Analiz sonuçları, ölçeğin orijinal formunda olduğu gibi, ölçülen yapıyı temsil eden tek bir baskın faktörden oluştuğunu desteklemektedir.

Bu tek boyutlu yapı, bireyin günlük hedeflere yönelik genel yeterlik algısının tutarlı ve bütünlüklü olduğunu ortaya koymaktadır. Faktör yüklerinin incelenmesi, 12 maddenin tamamının bu temel günlük amaç belirleme yeterli faktörüne anlamlı katkı sağladığını göstermiştir.

Ölçme Aracı

Test Türü:

Uyarlama (Adaptation)

Format:

Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Scale)

Mevcut Diller:

Türkçe

Popülasyon Grubu:

Genel Popülasyon (Yetişkinler)

Yaş Grubu:

Belirtilmemiş (Yetişkin Örneklem)

Popülasyon Detayları:

Uyarlama çalışması, genellikle üniversite öğrencileri veya genel yetişkin örneklem üzerinde gerçekleştirilmektedir.

Test Metodolojisi:

Ölçek, 5'li Likert tipi derecelendirme kullanır. Katılımcılar, her maddeye ne ölçüde katıldıklarını belirtirler. Puanlama 1 (hiç katılmıyorum) ile 5 (tamamen katılıyorum) arasında değişmektedir.

Anahtar Kelimeler

Günlük Amaçlar Ölçeği, geçerlik, güvenirlik, psikolojik değerlendirme, Likert derecelendirme, tek faktör.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcı:

Bilgi mevcut değildir.

İletişim E-posta Adresleri:

fuadpdr@gmail.com (Sorumlu Yazar: Fuad Bakioğlu)

Yayın Adresi:

Bilgi mevcut değildir.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin Türkçe formunun uyarlama çalışması 2015 yılında yayınlanmıştır. Ölçeğin kullanımı için gerekli izinler ve olası ücretler konusunda sorumlu yazar Fuad Bakioğlu ile iletişime geçilmesi önerilir.

Kaynaklar

Bakioğlu, F. ve Eraslan-Çapan, B. (2015). Günlük Amaçlar Ölçeği: Türkçe formunun psikometrik özellikleri. **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, 16(Ek1), 64-72.

Makalenin tam metnine aşağıdaki bağlantıdan ulaşılabilir: scopemed.org

Ölçeğin orijinal PDF dosyası aşağıdan indirilebilir: gunluk-amaclar-olcegi-toad.pdf

Günlük Amaçlar Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmuş olup hiçbir şekilde değiştirilmemiştir.

Tek boyut ve 12 madde: Her gün, ulaşabileceğim bir dizi kişisel amaç bulabilirim.