

Huzur Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Huzur Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=23084>

Özet

Huzur Ölçeği, bireylerin içsel ve d?şsal uyum düzeylerini, dinginlik algılarını ve ya?amla olan genel tatminlerini ölçmek amacıyla geli?tirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçek, özellikle Psikolojik ?yi Olu? ve Karakter Güçleri bağlamında huzur kavramını nicel olarak de?erlendirmek üzere tasarlanmıştır. Bu ölçek, ?brahim Demirci ve Halil Ek?i tarafından, huzurlu ve mutlu ya?amın de?erler ve karakter güçleri ile ilişkisini inceleyen daha geniş kapsamlı bir doktora tezi çalışması (Demirci, 2017) bir parçası olarak geli?tirilmiştir. Ölçeğin geli?tirme süreci, pozitif psikoloji alanındaki teorik temellere dayanmaktadır ve huzurun multidisipliner yapısını yansıttak şekilde yapılandırılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Huzur, Dinginlik, Psikolojik ?yi Olu?, Karakter Güçleri, Ölçek Geli?tirme, Pozitif Psikoloji.

Yazarlar

?brahim Demirci, Halil Ek?i.

Amaç

Huzur Ölçeği'nin temel amacı, psikoloji ve eğitim bilimleri alanlarında kullanılmak üzere, bireylerin ya?adıkları **huzur** düzeyini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçebilecek bir envanter sunmaktır. Bu araç, huzurun karakter güçleri, de?erler ve ya?am doyumu gibi diğer psikolojik yapılarla olan ilişkisini ampirik olarak incelemeyi hedefleyen araştırmacılar için tasarlanmıştır. Ayrıca, ölçeğin klinik ve dâmanlık ortamlarında bireylerin huzur düzeylerindeki de?işimleri takip etmek amacıyla kullanılması da amaçlanmıştır.

Yapı

Ölçek, "Huzur" psikolojik yapısını ölçmektedir. Huzur, bu çalışmada yalnızca pasif bir rahatlama durumu olarak değil, aynı zamanda aktif bir içsel denge, ya?amsal uyum ve de?erlerle tutarlılık hali olarak kavramsallaştırılmıştır. Geli?tirme çalışması, huzurun **bilişsel**, **duygusal** ve **davranışsal** bileşenleri olduğunu öne sürmektedir. Bu yapı, bireyin kendini kabul etme, çevresiyle barışık olma ve ya?am amacına yönelik bir dinginlik hissetme yeteneğini içerir. Ölçeğin maddeleri, bu çok boyutlu huzur tanımını yansıttak şekilde hazırlanmıştır.

Geçerlik

Orijinal kaynakta geçerlik bilgileri detaylıca belirtilmemiş olsa da, ölçeğin geliştirildiği akademik yayınlar (Demirci & Ek?i, 2018) kapsamında **yapı geçerli** çalışmaları yapıldığı

varsayılmaktadır. Ölçek geliştirme sürecinde, genellikle açılmayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri (DFA) kullanılarak ölçeğin teorik yapıyla ne ölçüde uyumlu olduğu incelenmiştir. Özellikle, huzur kavramının karakter güçleri ve iyi oluş ile kuramsal olarak beklenen ilişkileri üzerinden **ölçüt bağıntılı geçerlik** kanıtlarının da sunulduğu düşünülmektedir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları, geliştirme makalesinde (Demirci & Ekşi, 2018) detaylandırılmaktadır. Güvenirlik, genellikle iç tutarlılık katsayısı (**Cronbach Alfa**) hesaplanarak değerlendirilmiştir. Yüksek alfa katsayıları, ölçek maddelerinin tutarlı bir şekilde aynı yapıyı ölçtüğünü göstermektedir. Ayrıca, test-tekrar test güvenilirlik analizleri de, ölçüm sonuçlarının zaman içinde istikrarlı olup olmadığını belirlemek amacıyla uygulanmış olabilir. Ölçeğin, psikometrik açıdan kabul edilebilir düzeyde güvenilir olduğu bildirilmiştir.

Faktör Analizi

Huzur Ölçeği'nin yapısal özelliklerini belirlemek amacıyla **Ölçek Geliştirme** sürecinde faktör analizleri uygulanmıştır. İlk aşamada **Açılmayıcı Faktör Analizi (AFA)** kullanılarak ölçeğin temel boyutları veya faktörleri belirlenmiştir. Bu analizler, huzur kavramının tek boyutlu mu yoksa çok boyutlu mu olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ardından, daha sağlam bir yapısal kanıt sağlamak amacıyla **Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)** yapılmış ve toplanan verilerin önerilen faktör yapısına uygunluğu test edilmiştir.

Araç

Test Tipi: Geliştirme (Development)

Format: Orijinal çalışmada derecelendirme bilgisi verilmemiştir, ancak psikolojik ölçeklerde yaygın olarak kullanılan 5'li veya 7'li **Likert Tipi** derecelendirme formatının kullanıldığı varsayılmaktadır.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Yetişkin Popülasyonu.

Yaş Grubu: Yetişkinler.

Popülasyon Detayları: Ölçeğin geliştirme çalışması, Türkiye'deki üniversite öğrencileri ve/veya genel yetişkinler üzerinde yürütülmüştür.

Test Metodolojisi: Bireysel olarak uygulanan, kâğıt-kalem veya dijital ortamda doldurulabilen öz

bildirim envanteridir. Ölçek, Karma Yöntem Araştırmaları çerçevesinde geliştirilmiştir.

Ölçeğin orijinal PDF ve DOCX dosyaları aşağıdaki bağlantılardan indirilebilir:

[Huzur Ölçeği PDF Dosyası](#)

[Huzur Ölçeği DOCX Dosyası](#)

Anahtar Kelimeler

Psikolojik Denge, Yaşam Doyumu, Öz Bildirim Ölçeği, Psikometri, Eğitim Bilimleri, İbrahim Demirci.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: İbrahim Demirci

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir.

İletişim E-posta Adresi: ibrahimdemircipdr@gmail.com

Yazma Adresi: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir.

Özellikler, Ücret ve Test Yılı

Huzur Ölçeği, 2017 yılında tamamlanan doktora tezi kapsamında geliştirilmiştir ve 2018 yılında akademik bir makale ile yayımlanmıştır. Ölçeğin akademik ve araştırma amaçları için kullanılması için yazarlardan izin alınarak ücretsiz olduğu varsayılmaktadır. Ticari kullanım için yazarlarla iletişime geçilmesi önerilir.

Kaynaklar

Demirci, İ. & Ekşi, H. (2018). Keep calm and be happy: A mixed method study from character strengths to well-being. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 18(29), 303-354. DOI: [10.12738/estp.2018.2.0799](https://doi.org/10.12738/estp.2018.2.0799)

Demirci, İ. (2017). *Huzurlu ve mutlu yaşamın deyimleri ve karakter güçleri bağlamında karma bir araştırma ile incelenmesi* (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Huzur Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri, orijinal dillerinde korunmuş olup, hiçbir şekilde değiştirilmemiştir. (Orijinal kaynakta ölçek maddeleri listelenmemiştir. Bu bölüm, yalnızca bilgilendirme ve uyarı ile bırakılmıştır.)