

# ?? Stresi Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). ?? Stresi Ölçe?i. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=23813>

## Özet

?? Stresi Ölçe?i, ?? **Stresi** düzeylerini ölçmek amacıyla uyarlanm??, 3 alt boyuttan ve 14 maddeden olu?an bir psikometrik araçtır. Ölçek, özellikle stresin temel bile?enleri olan ?? **Yükü**, **Beceri Kullan?m?** ve **Sosyal Destek** alanlar?n? incelemektedir. Bu uyarlama çal??mas?, Türkiye'deki belediye çal??anlar? ba?lam?nda, ölçe?in yap?sal uygunlu?unu, Geçerlik ve Güvenirlik özelliklerini de?erlendirmek üzere gerçekleştirilmi?tir. Ölçek, 4'lü Likert tipi derecelendirme ile yan?tlanmaktadır.

Ölçek, orijinalinde 17 sorudan olu?mas?na ra?men, yap?lan faktör analizi sonucunda kuramsal yap?ya en uygun 14 madde ile son halini alm??tır. Çal??ma, özellikle yüksek i? yükü ve düşük kontrolün beklendi?i belediye temizlik i?çileri gibi spesifik meslek gruplar?n?n stres düzeylerinin kar??la?tır?lmas?na odaklanm??tır.

## Anahtar Kelimeler

?? **Stresi**, Mesleki Stres, ?? Yükü, Beceri Kullan?m?, Sosyal Destek, Uyarlama, Geçerlik, Güvenirlik, Belediye Çal??anlar?.

## Yazarlar

Demiral, Yücel, Ünal, Bülent, K?i?ç, Birgül, Soysal, Ahmet, Bilgin, Ali Cüneyt, Uçku, R?fat ve Theorell, Töres.

## Amaç

Bu çal??man?n temel amacı, uluslararası alanda kullanılan ?? **Stresi** Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamas?n? yaparak, ?zmir Konak Belediyesi'nde çal??an **erkek i?çiler** grubunda psikometrik özelliklerini (geçerlik ve güvenilirli?ini) detaylı bir ?ekilde incelemektir. Ölçe?in Türkiye'deki çal??ma ortam? ko?ullar?na uygunlu?unu saptamak hedeflenmi?tir.

Spesifik olarak, ölçe?in yap?sal geçerlili?ini döngüsel faktör analizi ile test etmek ve farklı görev tan?mlar?na sahip i?çi gruplar?n?n beklenen stres düzeylerindeki farklılıklar? ölçerek ölçüt geçerlili?ini kan?tlamak amaçlanm??tır.

## Yap?

?? Stresi Ölçe?i, çal??anlar?n i?lerinden kaynaklanan stres düzeylerini de?erlendiren çok boyutlu bir yap?y? ölçmektedir. Ölçek, kuramsal olarak 17 maddeyi bar?nd?rsa da, uyarlama çal??mas? sonrasında 3 ana alt boyut ve 14 madde ile ölçüm yapılmaktadır.

**?? Yüğü (3 madde):** Çal??an?n i?i tamamlama h?z? ve bask?s? ile ilgili alg?s?n? ölçer.

**Beceri Kullan?m? (5 madde):** Çal??an?n i?inde yeni ?eyler ö?renme ve yeteneklerini kullanma olas?l???n? de?erlendirir.

**Sosyal Destek (6 madde):** Çal??ma ortam?ndaki sakinlik, ho?luk ve i? arkada?lar?/yöneticiler taraf?ndan sa?lanan deste?i ölçer.

Ölçek, bu boyutlar?n birle?imi yoluyla genel ?? Stresi seviyesini saptamay? hedefler.

## Geçerlik

Ölçe?in yap? Geçerlik analizi, **döngüsel faktör analizi** kullan?larak gerçekleştirilmi?tir. Ba?langıçtaki 17 sorudan 14'ü, ölçe?in kuramsal yap?s?na uygunluk göstererek nihai forma dahil edilmi?tir.

**Ölçüt Geçerli?i** iki farklı yöntemle de?erlendirilmi?tir. İlk olarak, belediye çöp toplama i?inde çal??an i?çiler (kamyon ?oförlü?ü, çöp toplay?c?l???, bak?m onar?m) görev tan?mlar?na göre kar??la?t?r?lm??t?r. Çal??anlar?n görevlerine göre i? stresi düzeylerinin kar??la?t?r?lmas?nda **non-parametrik** bir test olan Kruskal-Wallis testleri kullan?lm??t?r. Bu analizde, çöp toplay?c?lar?n?n di?er görevlerde çal??anlara göre daha yüksek i? yükü ve ?? Stresi düzeylerine sahip olaca?? hipotezi test edilmi?tir.

İkinci olarak, belediye çal??anlar? ile sa?lık yöneticileri i? stresi bile?enleri aç?s?ndan kar??la?t?r?lm??t?r. Belediye çal??anlar?n?n yüksek i? yükü ve düşük i? kontrolü nedeniyle daha yüksek stres düzeylerine sahip olmalar? öngörölmü?tür. Verilerin normal da??l?ma uygunlu?u histogram ile kontrol edilmi? ve **sosyal destek** ile **i? yükü** alt boyutlar?n?n sola yat?k (normal da??lmayan) oldu?u tespit edilmi?tir. Bu nedenle, iki grubun stres düzeylerinin kar??la?t?r?lmas?nda Mann-Whitney U testi kullan?lm??t?r. Tüm istatistiksel analizler SPSS 11.0 istatistik paket program? kullan?larak yap?lm??t?r.

## Güvenirlik

Ölçe?in Güvenirlik de?erlendirmesi, iç tutarlılık ve test-tekrar test yöntemleri kullan?larak yap?lm??t?r. **?ç tutarlılık**, her alt bölüm için elde edilen Cronbach's alfa katsayılar? ile belirlenmi?tir.

Cronbach's alfa katsayılar? alt boyutlara göre 0,48 (Beceri Kullan?m?) ile 0,78 (Karar Serbestli?) arasında de?i?mektedir. Beceri Kullan?m? alt boyutundaki düşük de?er dikkat çekse de, genel test-tekrar test sonuçlar? tatmin edici düzeylerde bulunmu?tur.

**Test-tekrar test güvenilirli?i**, ölçe?in kararlılı???n? de?erlendirmek amacıyla üç hafta arayla tekrarlanan uygulamalarla ölçölmü?tür. Tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi (ANOVA)

kullan?lararak bireyler aras? ortalamalar?n kareleri (BMS) ve standart hatalar?n kareleri (EMS) elde edilmi?tir. Bu de?erler kullan?lararak grup i?i korelasyon katsay?lar? (ICC) hesaplanm?? (BMS-EMS/BMS formülü) ve tatmin edici düzeyde kararlılık saptanm??t?r.

## Faktör Analizi

Ölçe?in yap?sal uygunlu?unu belirlemek amac?yla **döngüsel faktör analizi** (Cyclic Factor Analysis) kullan?lm??t?r. Analiz, teorik yap?n?n incelenen popülasyonda ne ölçüde temsil edildi?ini göstermi?tir.

Ba?lang?çta 17 maddeden olu?an anketin, döngüsel faktör analizi sonucunda **3 alt boyuta** ayr?lan ve kuramsal yap?ya daha iyi uyum sa?layan **14 madde** ile kullan?lmas?na karar verilmi?tir. Bu alt boyutlar, literatürde yayg?n olarak kabul gören ?? **Yükü**, **Beceri Kullan?m?** ve **Sosyal Destek** bile?enlerini temsil etmektedir.

## Araç

**Test Türü:** Uyarlama

**Format:** Öz bildirim raporu, Anket.

**Maddeler:** 14 madde (Ba?lang?çta 17 madde).

**Alt Boyutlar:** 3 alt boyut (?? Yükü, Beceri Kullan?m?, Sosyal Destek).

**Derecelendirme:** 4'lü Likert (1= tamamen kat?lm?yorum - 4=tamamen kat?l?yorum)

**Kullan?labilir Dil:** Türkçe.

**Popülasyon Grubu:** Yeti?kin çal??anlar.

**Ya? Grubu:** Çal??ma ça??ndaki yeti?kinler.

**Popülasyon Detaylar?:** ?zmir Konak Belediyesi'nde çal??an **erkek i?çiler** örnekleminde geçerlik ve güvenilirli?i incelenmi?tir.

**Test Metodolojisi:** ?statistiksel analizlerde SPSS 11.0 kullan?lm??t?r. Mann-Whitney U testi, Kruskal-Wallis testleri ve varyans analizi yöntemleri kullan?lm??t?r.

## Anahtar Kelimeler

?ç Tutarlılık, Cronbach's alfa, Test-Tekrar Test, Faktör Analizi, Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis, Güvenirlik, ?? Sa?l???

## Yazarlar

**Sorumlu Yazar:** Yücel DEMİRAL

**Yazar ORCID Tanımlayıcı:** Bilgi mevcut değildir.

**İletişim E-posta Adresi:** [yucel.demiral@deu.edu.tr](mailto:yucel.demiral@deu.edu.tr)

**Yazın Adresi:** Bilgi mevcut değildir.

## İzinler, Ücret ve Test Yılı

Bu uyarılma çalışması **2007** yılında yayınlanmıştır. Ölçeğin kullanımı ve izinleri hakkında detaylı bilgi almak için sorumlu yazar Yücel Demiral ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçeğin orijinal PDF dosyası aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir: [is-stresi-olcegi-toad.pdf](https://www.arabpsychology.com/is-stresi-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Demiral, Y., Ünal, B., Kılıç, B., Soysal, A., Bilgin, A. C., Uçku, R. ve Theorell, T. (2007). ?? Stresi Ölçeğinin İzmir Konak Belediyesi'nde çalışan erkek işçilerde geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi. *Toplum Hekimliği Bülteni*, 26(1), 11-18.

Makalenin orijinal bağlantısı: [thb.hacettepe.edu.tr](http://thb.hacettepe.edu.tr)

## ?? Stresi Ölçeği Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmuştur ve hiçbir şekilde değiştirilmemiştir.

Ölçek, 3 alt boyut ve 14 maddeden oluşmaktadır:

**?? Yüğü (3m):** ??inizde çok hızlı çalışmak zorunda mısınız? (hızlı çalışma)

**Beceri Kullanımı (5m):** ??inizde yeni şeyleri öğrenme olasılığınız var mıdır? (öğrenme)

**Sosyal Destek (6m):** Çalıştığınız yerde sakin ve hoş bir ortam var (hoş ortam)