

??e Ba?I? Gerginlik Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). ??e Ba?I? Gerginlik Ölçe?i. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=23888>

Özet

??e Ba?l? Gerginlik Ölçe?i (?BGÖ), bireylerin çal??ma ortam?ndan kaynaklanan stres ve gerginlik düzeylerini ölçmek amacıyla geli?tirilmif bir psikolojik araçtır. Sunulan bu giri?, ölçe?in Türkçe uyarlama çal??mas?na odaklanmaktadır. Aslan ve arkadaşlar? (1998) tarafından sa?l?k alan?nda çal??an bireyler üzerinde gerçekleştirilen uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türk kültürüne uygunlu?unu ve psikometrik yeterlili?ini ara?tırmı?tır. Çal??mada, ?BGÖ'nün yap?sal bütünlü?ü ve ölçüm tutarlılı?ı, benzer yapılarla olan korelasyon analizleri ve iç tutarlılık katsayılar? araçlı?ıyla de?erlendirilmiştir. Ölçek, i? stresi ara?tırmalar? ve mesleki sa?l?k alan?nda önemli bir ölçüm aracı olarak kabul edilmektedir.

Anahtar Kelimeler

??e ba?l? gerginlik, i? stresi, güvenirlilik, geçerlik, psikometrik özellikler, uyarlama, sa?l?k çal??anlar?

Yazarlar

Aslan, S. H., Alparslan, Z. N., Aslan, R. O., Kesepara, C., Ünal, M.

Amaç

??e Ba?l? Gerginlik Ölçe?i (?BGÖ)'nin temel amacı, çal??anlar?n i?lerinden kaynaklanan psikolojik ve duygusal gerilim seviyelerini standardize edilmiş bir biçimde nicel olarak belirlemektir. Ölçe?in Türkçe uyarlaması, özellikle sa?l?k sektöründe çal??an bireylerin maruz kaldı?ı mesleki gerginlik düzeylerini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçebilmek için yapılmı?tır. Bu uyarlama, Türkiye'deki i? sa?l?ı ve psikolojisi ara?tırmalar?nda kullanılabilecek geçerli bir araç sunmayı hedeflemiştir.

Ölçek, yüksek düzeyde gerginlik ya?ayan gruplar?n veya bireylerin erken tespiti, müdahale programlar?n etkinli?inin de?erlendirilmesi ve kurumsal stres yönetimi stratejilerinin geli?tirilmesi gibi pratik uygulamalara olanak sağlamaktadır.

Yapı

?BGÖ'nün ölçtü?ü yapı, literatürde "??e Ba?l? Gerginlik" olarak tanımlanan, i? ortam?n talep ve baskılar?n bireyde yarattı?ı olumsuz duygusal ve fizyolojik tepkiler bütünüdür. Bu yapı, genellikle tükenmişlik, i? doyumunu eksikli?i ve genel ruh sa?l?ı bozukluklar? gibi diğer olumsuz ç?kt?lerle güçlü bir şekilde ilişkilidir. Ölçek, çal??anlar?n i? yükü, rol belirsizli?i, kişilerarası çatışmalar ve kariyer geli?imi endişeleri gibi çe?itli i? stresi kaynaklarına verdikleri algılanan tepkileri de?erlendirir.

Geçerlik

?BGÖ'nün Türkçe uyarlama çal??mas?nda geçerlik incelemesi için benzer ölçek geçerlili?i yöntemi kullan?lm??t?r. Bu amaçla, ?BGÖ ile kavramsal olarak örtü?en yap?lar olan Maslach Tükenmi?lik Ölçe?i (MTÖ) ve ?? Doyumu Ölçe?i (?DÖ) kullan?lm??t?r. Elde edilen bulgular, ?BGÖ'nün ölçtü?ü yap?n?n beklenen teorik ili?kileri gösterdi?ini ortaya koymu?tur.

?BGÖ puanlar? ile MTÖ'nün Kabar?k Ba?ar? (KB) alt ölçe?i ve ?DÖ puanlar? aras?nda $p<0.001$ düzeyinde anlaml? negatif korelasyon tespit edilmi?tir. Bu sonuç, i?e ba?l? gerginlik artt?kça alg?lanan ba?ar? ve i? doyumunun azald??? yönündeki beklentiyi do?ulamaktadır.

Ölçek, ayn? zamanda MTÖ'nün Duyars?zla?ma (DT) ve Duygusal Tükenme (D) alt ölçekleriyle $p<0.001$ düzeyinde anlaml? pozitif korelasyon göstermi?tir. Bu yüksek korelasyonlar, ?BGÖ'nün ölçtü?ü gerginlik yap?s?n?n, tükenmi?li?in temel bile?enleri olan duygusal tükenme ve duyars?zla?ma ile güçlü bir ?ekilde ili?kili oldu?unu kan?tlamakta ve geçerlili?e dair uygun s?n?rlar içinde de?erlendirilmektedir.

Güvenirlik

?BGÖ'nün iç tutarlıl???, madde b?rakma korelasyon katsay?lar? ve Cronbach Alfa katsay?s? hesaplanarak incelenmi?tir. ?ç tutarlıl?k analizi sonuçlar?, ölçe?in yüksek düzeyde güvenirlik sergiledi?ini göstermektedir:

Tüm maddeler dahil edildi?inde, Cronbach Alfa katsay?s? 0.75 olarak hesaplanm??t?r.

15. madde ölçekten ç?kar?ld???nda ise Cronbach Alfa de?eri 0.78'e yükselmi?tir, bu da ölçe?in iç tutarlıl??n?n oldukça yeterli oldu?unu göstermektedir.

Ek olarak, ölçe?in güvenirlik katsay?s?, iki yar?m test tekni?i kullan?larak da hesaplanm??t?r. Ölçe?in tek ve çift say?l? maddelerinden olu?an iki yar?m testin güvenilirli?i $r:0.75$ olarak bulunmu?tur. Bu de?er, ölçe?in farklı bölümlerinin tutarlı sonuçlar üretti?ini teyit etmektedir.

Faktör Analizi

Aslan ve arkadaşlar?n?n (1998) uyarlama çal??mas?, temel olarak benzer ölçek geçerlili?i ve iç tutarlıl?k güvenirlik analizlerine odaklanm??t?r. Kaynakta aç?kça bir Aç?mlay?c? veya Do?ulay?c? Faktör Analizi (DFA/AFA) sonucundan bahsedilmemektedir. Ancak, uyarlama ölçeklerinde genellikle orijinal ölçe?in faktör yap?s?n?n korunmas? beklenir. Ölçe?in çok boyutlu bir yap?y? ölçtü?ü varsay?labilir, ancak bu özel uyarlama çal??mas?nda yap?sal geçerlik detaylar? yerine kriter geçerli?i önceliklendirilmi?tir.

Araç

Test Türü: Uyarlama (Adaptation)

Format: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale)

Dil Mevcut: Türkçe

Popülasyon Grubu: Çal??anlar (Özellikle uyarlama çal??mas?nda sa?l?k alan?nda çal??anlar)

Ya? Grubu: Yeti?kin Çal??an Popülasyonu

Popülasyon Detaylar?: Uyarlama çal??mas?, hastane ve sa?l?k kurumlar?nda görev yapan profesyoneller üzerinde gerçekte?tirilmi?tir.

Test Metodolojisi: Ölçek, 4'lü Likert tipi derecelendirme kullan?r. Kat?l?mc?lar, maddelerde belirtilen gerginlik durumlar?n? kendilerine ne kadar uygun oldu?unu belirten 4 seçenekten birini i?aretlerler.

Anahtar Kelimeler

??BGÖ, mesleki stres, sa?l?k çal??anlar?, i? doyum, Maslach Tükenmi?lik Ölçe?i, Likert ölçe?i, psikometri

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Bilgi mevcut de?ildir.

Ba?l?l?k E-posta Adresleri: Bilgi mevcut de?ildir.

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?ildir.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?m? için genellikle orijinal yazarlar?n veya uyarlamay? yapan ara?t?rma ekibinin izni gerekmektedir. Kullan?m ücreti bilgisi kaynakta belirtilmemi?tir.

Test Y?l?: Türkçe Uyarlama Çal??mas? 1998 y?l?nda yay?nlanm??t?r.

Ölçe?in orijinal makalesi ve uyarlama detaylar?na a?a??daki linkten ula??labilir:
dusunenadamdergisi.org

Kaynaklar

Aslan, S. H., Alparslan, Z. N., Aslan, R. O., Kesepera, C. ve Ünal, M. (1998). ??e Ba?I? Gerginlik Ölçe?inin sa?I?k alan?nda çal??anlarda geçerlik ve güvenilirli?i. *Dü?ünen Adam*, 11(2), 4-8.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas?na buradan eri?ilebilir: [ise-bagli-gerginlik-olcegi-toad.pdf](#)

??e Ba?I? Gerginlik Ölçe?i Maddeleri

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

Sa?lanan kaynak içerikte ??e Ba?I? Gerginlik Ölçe?i'nin (?BGÖ) maddeleri yer almamaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM