

K?sa Psikolojik Sa?laml?k ?lçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *K?sa Psikolojik Sa?laml?k ?lçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=24759>

Özet

K?sa Psikolojik Sa?laml?k Ölçe?i (KP?Ö), bireylerin zorluklar, travmalar veya önemli stres kaynaklar? kar??s?nda ba?ar?l? bir ?ekilde uyum sa?lama, toparlanma ve pozitif geli?im gösterme yeteneklerini ölçmek amac?yla geli?tirilmis? psikometrik bir araçtır. Ölçek, 2015 y?l?nda Tayfun Do?an taraf?ndan orijinal yabanc? dildeki k?sa ölçe?in Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması ile bilimsel literatüre kazandırılmıştır.

Bu uyarlama çalışması, orijinal ölçe?in yapısal ve psikometrik özelliklerinin Türk kültürü ve dili bağlam?nda geçerliliğini ve güvenirliğini incelemeyi hedeflemiştir. KP?Ö, özellikle klinik uygulamalarda ve büyük ölçekli araştırmalarda zaman kısıtlaması olan durumlarda **psikolojik sa?laml?k** düzeyini hızlı ve ekonomik bir şekilde değerlendirmek için tasarlanmıştır.

Anahtar Kelimeler

Psikolojik sa?laml?k, uyarlama, psikometri, k?sa ölçek, stresle başa çıkma, Tayfun Do?an.

Yazarlar

Tayfun Do?an

Amaç

KP?Ö'nün temel amacı, bireylerin olumsuz yaşam olaylarına karşı gösterdikleri psikolojik sa?laml?k düzeyini güvenilir ve geçerli bir şekilde değerlendirmektir. Ölçek, sa?laml?k düzeyini saptayarak risk altındaki bireylerin belirlenmesine ve psikolojik müdahalelerin etkinliğinin ölçülmesine olanak tanır.

Ölçe?in k?sa formu, yanıt verme süresini minimize ederek katılımcı yorgunluğunu azaltmayı ve böylece veri kalitesini artırmayı amaçlamaktadır. Bu sayede, ölçek hem akademik araştırmalarda hem de uygulamalı psikoloji alanlarında yüksek verimlilikle kullanılabilir.

Yapı

Ölçülen temel yapı, **psikolojik sa?laml?k** (resilience) kavramıdır. Bu yapı, bireyin yaşamdaki zorluklara karşı direnç gösterme, esneklik sergileme ve bu zorluklardan güçlenerek çıkma yeteneğini içerir. KP?Ö, sa?lamlı?ın temel ve merkezi yönlerine odaklanarak genellikle tek boyutlu bir yapıyı ölçmek üzere tasarlanmıştır.

Psikolojik sa?laml?k, sadece pasif bir direnç değil, aynı zamanda aktif bir uyum sa?lama mekanizmasıdır. Ölçek maddeleri, bireyin zorluklarla karşılaştığında kendini ne kadar yeterli

hissetti?ini, gelece?e ne kadar umutla bakt???n? ve ki?isel kaynaklar?n? ne ölçüde kullanabildi?ini yansıtmaktadır.

Geçerlik

Do?an (2015) tarafından yürütölen uyarlama çalışmasında, ölçe?in yapı geçerli?i analiz edilmiştir. Yapı geçerli?ini belirlemek amacıyla **aç?mlayıcı ve do?rulayıcı faktör analizleri** (DFA) kullanılmıştır. DFA sonuçları, ölçe?in orijinal tek faktörlü yapı?nın Türk örnekleminde de korundu?unu ve yeterli uyum indeksleri sergiledi?ini göstermiştir.

Ayrıca, ölçüt geçerli?i kapsamında, KPÖ puanları?nın literatürde sa?lamlıkla pozitif yönde ilişkili oldu?u bilinen di?er psikolojik yapılarla (örneğin, yaşam doyumu, umutsuzluk ve depresyon ölçekleri) anlamlı korelasyonlar gösterdi?i tespit edilmiştir. Bu bulgular, ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen yapıyı başarıyla ölçtü?ünü kanıtlamaktadır.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenilirli?i, iç tutarlılık katsayı?ı (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test yöntemleriyle de?erlendirilmiştir. İç tutarlılık analizleri, ölçek maddelerinin tutarlı bir şekilde aynı yapıyı ölçtü?ünü gösteren yüksek katsayılar vermiştir. Yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçe?in içsel olarak homojen oldu?unu işaret etmektedir.

Test-tekrar test güvenilirli?i çalışması ise, belirli bir zaman aralığı sonrasında ölçüm sonuçları?nın kararlılığını ortaya koyarak, ölçe?in zaman içinde tutarlı sonuçlar üretti?ini desteklemiştir. Bu sonuçlar, KPÖ'nün uygulamalarda güvenle kullanılabilecek kararlılıkta bir araç oldu?unu göstermektedir.

Faktör Analizi

Kısa Psikolojik Sa?lamlık Ölçe?i'nin Türkçe uyarlaması, tek boyutlu bir yapıyı desteklemektedir. Yapılan faktör analizleri, tüm maddelerin tek bir temel faktör altında toplandığını ve bu faktörün psikolojik sa?lamlık yapı?nın temsil etti?ini göstermiştir. Bu tek faktörlü yapı, ölçe?in kısa formunun sa?lamlığın özünü yakalamadaki etkinli?ini do?ulamaktadır.

Faktör yükleri genellikle yüksek bulunmuş, bu da her bir maddenin ölçölen yapıyı güçlü bir şekilde temsil etti?ini göstermiştir. Do?rulayıcı faktör analizi sonuçları, modelin veri ile mükemmel bir uyum sergiledi?ini teyit ederek, ölçe?in yapısal geçerli?ine önemli katkıları sağlamıştır.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Genellikle 5'li veya 6'lı Likert tipi derecelendirme sistemi kullanılmaktadır (Örneğin, 1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum).

Language Available: Türkçe

Population Group: Yetişkinler, Genel Popülasyon

Age Group: 18 ya? ve üzeri

Population Details: Uyarlama çalışması farklı üniversite öğrencisi grupları ve genel toplum örneklemi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçek, sa?lıklı yetişkin popülasyonlarda kullanılmaya uygundur.

Test Methodology: Nicel, öz bildirim ölçe?i. Bireylerin kendi algıları ve deneyimlerini raporlamasına dayanır.

Anahtar Kelimeler

Cronbach Alfa, faktör yapısı, uyum indeksi, psikometrik özellikler, öz bildirim, esneklik.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor (Yayın tarihinde belirtilmemiştir.)

Affiliation Email addresses: tayfun@tayfundogan.net

Correspondence Address: Çalışmanın yapıldığı tarihte yazarın bulunduğu akademik kuruma ait iletişim adresi.

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçek, akademik ve bilimsel araştırma amaçlı kullanımlar için genellikle yazarın izni alınarak veya kaynak gösterilerek kullanılabilir. Ticari veya büyük ölçekli kurumsal kullanımlar için sorumlu yazar Tayfun Doğan ile iletişime geçilmesi önerilir.

Test Yılı (Uyarlama): 2015

Ücret: Genellikle araştırma amaçlı kullanımlar için ücretsizdir, ancak yayıncının veya yazarın politikaları geçerlidir.

Kaynaklar

Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçe?i'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.

Ölçeğin orijinal PDF dosyası aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir:

[kisa-psikolojik-saglamlik-olcegi-toad.pdf](#)

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ NOT: Ölçek maddeleri, telif hakları ve akademik etik kurallara göre bu akademik girişte doğrudan yayımlanmamaktadır. Ölçek maddelerine erişim ve uygulama bilgileri için lütfen kaynak çalışmaya (Doğan, 2015) veya sorumlu yazar Tayfun Doğan'a başvurunuz.

ARABPSYCHOLOGY.COM