

Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=25090>

Özet

Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i, bireylerin kendi de?erlerini ba?ar?lar?na, hatalar?na veya ba?kalar?n?n görü?lerine ba?l? k?lmadan, kendilerini ko?ulsuz olarak kabul etme düzeylerini ölçmek amacıyla geli?tirilmis? bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, Rasyonel Duygusal Davran?? Terapisi (REBT) kuramsal çerçevesinden türetilmiştir ve Ko?ulsuz Kendini Kabul (KKA) yap?s?n?n de?erlendirilmesinde merkezi bir rol oynar. Türkiye ba?lam?nda, bu ölçe?in uyarlamas? 2010 y?l?nda Kap?k?ran ve Kap?k?ran taraf?ndan Türk üniversite ö?rencileri örnekleminde gerçekte?irilmis?tir. Bu uyarlama çal??mas?, ölçe?in kültürel olarak geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullan?labilirli?ini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler

Ko?ulsuz Kendini Kabul, Öz Kabul, REBT, Psikometri, Uyarlama, Üniversite Ö?rencileri, Özsayg?.

Yazarlar

Necla Acun Kap?k?ran, ?ükran Kap?k?ran.

Amaç

Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin kendi de?erlerini d??sal standartlara veya performans kriterlerine ba?lama e?ilimlerini de?erlendirmektir. Ölçek, özellikle bireyin kusurlar?na, zayıflıklar?na veya ba?ar?s?zlıklar?na ra?men kendini ne ölçüde kabul etti?ini nicel olarak belirlemeyi hedefler. Türk üniversite ö?rencileri için yapılan uyarlama çal??mas?n?n amacı ise, uluslararası alanyaz?nda önemli bir yere sahip olan bu yapıyı, Türkiye'deki genç yeti?kin popülasyonunun kültürel ve dilsel özelliklerine uygun, geçerli ve güvenilir bir araç olarak kazandırmaktır.

Bu araç, psikolojik iyi olu?, depresyon, kayg? ve özsayg? gibi di?er psikolojik de?i?kenlerle Ko?ulsuz Kendini Kabul arasındaki ili?kileri inceleyen ara?t?rmalar için temel bir ölçüm aracı sağlamaktadır. Ölçek, ki?isel geli?im ve psikolojik dan??manlık süreçlerinde de bireylerin öz-kabul düzeylerini belirlemede kullan?labilir.

Yap?

Ölçek, Ko?ulsuz Kendini Kabul (KKA) yap?s?n? ölçmektedir. KKA, bireyin kendisini, davran??lar?n?n sonuçlar?ndan veya sosyal de?erlendirmelerden ba??ms?z olarak de?erli görmesi inanc?dır. Bu yapı, Albert Ellis'in REBT teorisinin merkezi bir bile?enidir ve sa?l?kl? psikolojik i?leyi? için ?art ko?ulan bir tutumdur. KKA'n?n z?tt?, bireyin de?erini performansa, ba?ar?ya veya ba?kalar?n?n onay?na dayandıran Ko?ullu Kendini Kabul'dür.

Ölçek maddeleri genellikle, bireyin ba?ar?s?zl?k kar??s?nda kendine yönelik yarg?lay?c? tutumlar?n?, kusurlar? görmezden gelme veya kabul etme e?ilimlerini ve genel öz-de?er alg?lar?n? sorgular. Bu yap?, ki?inin hatal? veya eksik yönlerini dahi kabul etme yetene?ini temsil ederken, bu yönleri geli?tirme çabas?ndan vazgeçme anlam?na gelmez; aksine, sa?l?kl? de?i?imin temelini olu?turur.

Geçerlik

Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i'nin Türk üniversite ö?rencileri için geçerlik çal??mas? Kap?k?ran ve Kap?k?ran (2010) taraf?ndan yürütülmü?tür. Geçerlik analizleri genellikle yap? geçerli?i ve ölçüt ba??nt?l? geçerlik yöntemlerini içerir. Çal??mada, ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen yap?y? (KKA) gerçekten ölçüp ölçmedi?i, faktör analizi teknikleri kullan?larak incelenmi?tir.

Adaptasyon çal??mas?, ölçe?in orijinal yap?s?yla tutarl? bir faktör yap?s? sergiledi?ini göstermi?tir (detayl? faktör analizi sonuçlar? için kaynak referans?na bak?n?z). Ayr?ca, ölçüt ba??nt?l? geçerlik kapsam?nda, KKA düzeyinin depresyon ve kayg? gibi olumsuz psikolojik durumlarla ters yönde, özsayg? ve ya?am doyumunu gibi olumlu durumlarla ise pozitif yönde ili?kili oldu?u bulunmu?tur. Bu bulgular, ölçe?in beklenen teorik ili?kileri yans?tt??n? ve yap? geçerli?inin sa?land??n? desteklemektedir.

Güvenirlik

Güvenirlik, ölçüm arac?n?n tutarl?l??n? ifade eder. Kap?k?ran ve Kap?k?ran (2010) taraf?ndan yap?lan uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in iç tutarl?l?k güvenilirli?i incelenmi?tir. ?ç tutarl?l?k, genellikle Cronbach Alfa katsay?s? ile rapor edilir.

Uyarlama çal??mas? sonuçlar?, Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i'nin Türk örnekleminde yüksek düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?unu göstermi?tir. Yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçek maddelerinin ayn? psikolojik yap?y? ölçmede tutarl? oldu?unu ve güvenilir sonuçlar verdi?ini i?aret etmektedir. Ek olarak, baz? güvenilirlik çal??malar? test-tekrar test yöntemini de kullanarak ölçe?in zaman içindeki karar?l??n? (istikrar?n?) inceleyebilir.

Faktör Analizi

Ko?ulsuz Kendini Kabul Ölçe?i'nin Türkçeye uyarlanmas? sürecinde, ölçe?in orijinal yap?sal özelliklerini koruyup korumad?? Faktör Analizi yöntemleriyle test edilmi?tir. Bu analiz, ölçe?in maddelerinin kaç boyutta topland??n? ve bu boyutlar?n teorik KKA yap?s?yla ne kadar örtü?ü?ünü ortaya koyar.

Adaptasyon çal??mas?nda, aç?mlay?c? (Exploratory Factor Analysis - EFA) ve/veya do?rulamay?c? faktör analizi (Confirmatory Factor Analysis - CFA) kullan?larak, ölçe?in Türk üniversite ö?rencileri

arasında geçerli olan en uygun faktör yapısı belirlenmiştir. Bu analizler, maddelerin yüksek faktör yüklerine sahip olduğunu ve ölçeğin tek boyutlu veya çok boyutlu yapısının Türk kültürü için de uygun olduğunu göstermiştir.

Araç

Test Türü: Uyarlama

Format: Öz bildirim envanteri. Genellikle 5'li veya 6'lı Likert tipi derecelendirme kullanılmaktadır (Örneğin: "Bana hiç uymuyor"dan "Bana tamamen uyuyor"a kadar).

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Klinik Olmayan Popülasyon

Yaş Grubu: Genç Yetkinlik (Üniversite öğrencileri)

Popülasyon Detayları: Türkiye'deki çeşitli üniversitelerde öğrenim gören öğrenciler.

Test Metodolojisi: Kağıt-kalem veya dijital ortamda uygulanan öz bildirim yöntemi.

Anahtar Kelimeler

Koşulsuz Kendini Kabul, Öz Kabul, Rasyonel Duygusal Davranış Terapisi, Kriz Dergisi, Psikolojik Ölçüm, Cronbach Alfa, Geçerlik.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Necla Acun Kapaklıran

Yazar ORCID Tanımlayıcı: Bilgi mevcut değildir.

Kurum E-posta Adresleri: nkkiran@pau.edu.tr (Sorumlu Yazar İletişim)

Yazışma Adresi: Bilgi mevcut değildir.

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin ticari kullanımı ve uygulanması için sorumlu yazardan izin alınması tavsiye edilir. Ölçek, Kapaklıran ve Kapaklıran tarafından 2010 yılında yayımlanan makale ile Türk literatürüne

kazandırmıştır. Ölçeğin orijinal PDF belgesi aşağıdaki adresten indirilebilir:

The original PDF can be downloaded here: [kosulsuz-kendini-kabul-olcegi-toad.pdf](https://www.arabpsychology.com/kosulsuz-kendini-kabul-olcegi-toad.pdf)

Kaynaklar

Kapıkıran, N. A. ve Kapıkıran, ?. (2010). **Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği**nin Türk üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği. *Kriz Dergisi*, 18(1), 33-44.

Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir. (Orijinal kaynakta ölçek maddeleri listelenmemiştir.)

Ölçek maddeleri, yayımlanan makale (Kapıkıran ve Kapıkıran, 2010) içeriğinde yer almaktadır. Maddelerin tam listesi için ilgili kaynakça referansına başvurulması gerekmektedir.