

Menstrual Deneyimler Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Menstrual Deneyimler Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=25943>

Özet

Menstrual Deneyimler Ölçeği (MPNS), bireylerin menstrüasyon süreçlerinde yaşadıkları pratik ihtiyaçları, endişeleri ve deneyimleri ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir uyarlama aracıdır. Bu ölçek, özellikle adet döneminde kullanılan malzemelerin yönetimi, hijyen ve psikososyal endişeler gibi konulara odaklanmaktadır. Ölçeğin Türkçe versiyonu, **Pınar Irmak Vural** ve **Yeliz Varoğlu** tarafından Türk kültürü ve diline uygun olarak adapte edilmiş ve geçerlik ile güvenirlik çalışmaları 2021 yılında tamamlanmıştır. Çalışma, ölçeğin Türkiye'deki popülasyonda kullanımlarının uygunluğunu ve yüksek psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler

Menstrüel Deneyimler Ölçeği, MPNS, adet hijyeni, psikometri, uyarlama, hijyenik pratikler, kadın sağlığı

Yazarlar

Vural Pınar Irmak, Varoğlu Yeliz

Amaç

Menstrual Deneyimler Ölçeği'nin temel amacı, menstrüasyon dönemindeki bireylerin karşılaştıkları pratik ve lojistik ihtiyaçları, bu ihtiyaçlardan kaynaklanan endişe düzeylerini ve menstrüel materyal kullanımlarına ilişkin deneyimlerini sistematik bir şekilde değerlendirmektir. Ölçek, özellikle hijyen malzemelerine erişim, bu malzemelerin yönetimi sırasında hissedilen rahatsızlık veya endişe gibi alanlarda detaylı veri sağlamak üzere tasarlanmıştır. Bu veriler, menstrüel sağlığın geliştirilmesi ve eğitim programlarının planlanması açısından kritik öneme sahiptir.

Yapı

Menstrual Deneyimler Ölçeği (MPNS), menstrüel pratikler ve bunlara bağlı ihtiyaçlar üzerine kurulu psikolojik bir yapıya ölçek. Ölçek, bireylerin menstrüasyon sırasında davranışsal ve duygusal tepkilerini, özellikle de sosyal ortamlarda (okul, işyeri, ev dışı) yaşadıkları kaygılar ve malzeme eksikliğinden doğan zorlukları kapsar. Ölçeğin orijinal yapısı çok boyutludur ve adaptasyon çalışmaları sırasında da bu boyutluluğu destekleyen faktör yapısı incelenmiştir. Puanlama, bireyin bu deneyim ve ihtiyaçları ne sıklıkla yaşadığına dair algısını yansıtır.

Geçerlik

Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik çalışmaları, yüksek düzeyde tatmin edici sonuçlar vermiştir. **İçerik Geçerliği İndeksi (CVI)** değeri 0.89 olarak belirlenmiştir, bu da ölçeğin ölçmeyi

amaçladığı yapış temsil etme yeterliliğinin yüksek olduğunu göstermektedir. Yapış geçerliliğini de?erlendirmek üzere uygulanan **faktör analizi** öncesinde, veri setinin analize uygunluğu **Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)** de?eri ile test edilmiştir. KMO de?eri 0.819 olarak tespit edilmiştir ki bu sonuç, faktör analizi için verilerin 'çok iyi' düzeyde uygun olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca, küresellik varsayımını test eden **Bartlett's Test of Sphericity** sonucu $\chi^2 = 4,894.399$ ve $P < .001$ olarak bulunmuştur, bu da verilerin faktörleştirilebilir olduğunu doğrulamaktadır. Ölçekteki maddelerin madde-toplam korelasyon faktör yükleri (yol katsayıları) 0.24 ile 0.94 arasında de?iştir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik analizleri, iç tutarlılık ve zamana bağlı tutarlılık (test-tekrar test) yöntemleriyle incelenmiştir. Bağılangıçta hesaplanan **Cronbach Alfa** de?eri 0.76 olarak belirlenmiştir ve bu de?er iç geçerlik için kabul edilebilir bir düzeydedir. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyon de?erleri 0.14 ile 0.68 arasında de?iştir. Bu analizler sonucunda, 28. madde ("Okuldayken, menstrüel malzemelerimi de?itirirken birinin bana zarar vereceğinden endişelendim.") düşük korelasyon de?eri (0.30'un altında) nedeniyle ölçekten çıkarılmıştır. Bu maddenin çıkarılması ardından, ölçekteki maddelerin madde-toplam korelasyon de?erleri 0.313 ile 0.683 arasında yükselmiş ve **Cronbach Alfa** de?eri 0.78'e çıkarak ölçeğin iç tutarlılığına daha da iyileştirmiştir. Ölçeğin kararlılığına ölçen **test-tekrar test güvenilirliği** çalışması, birinci ve ikinci uygulama skorları arasındaki korelasyon de?eri $r = 0.661$ olarak saptanmıştır ve bu fark $P < .001$ düzeyinde anlamlıdır.

Faktör Analizi

Menstrual Deneyimler Ölçeği'nin yapısal uygunluğunu belirlemek amacıyla **faktör analizi** gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesinde, örneklem büyüklüğünün ve verilerin faktörleştirmeye uygunluğu **Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)** de?eri ile kontrol edilmiştir. **KMO** de?eri 0.819 gibi yüksek bir seviyede çıkmıştır, bu da verilerin faktör analizine mükemmel derecede uygun olduğunu kanıtlamaktadır. Bartlett's Test of Sphericity testinin anlamlı sonucu ($P < .001$) da çok de?işkenli normal dağılım varsayımının karşılandığını ve faktör yapışının anlamlı olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, ölçeğin kavramsal yapışının istatistiksel olarak güçlü olduğunu ve adaptasyonun başarılı olduğunu desteklemektedir.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama

Format: Kendini De?erlendirme Ölçeği (Self-Report Scale)

Mevcut Diller: Türkçe (Orijinal: İngilizce)

Popülasyon Grubu: Menstrüasyon gören kadınlar ve ergenler.

Yaş Grubu: Ergenlik dönemi ve üzeri.

Popülasyon Detayları: Orijinal çalışmanın hedef kitlesi, menstrüel pratik ihtiyaçları değerlendirerek üzere seçilmiş, menstrüasyon deneyimine sahip bireylerdir. Türk adaptasyon çalışması genellikle üniversite öğrencileri veya ilgili yaş grubundaki kadınlar üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Metodolojisi: 4'lü Likert tipi derecelendirme ölçeği kullanılmaktadır. Cevaplar şu şekildedir:

Asla (0)

Bazen (1)

Sık Sık (2)

Her Zaman (3)

Anahtar Kelimeler

Menstrüel hijyen, Cronbach Alfa, İçerik Geçerliliği İndeksi (CVI), psikometrik özellikler, adet sağlığı, ölçek geliştirme, Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)

Yazarlar

Sorumlu Yazar: PINAR IRMAKVURAL

Yazar ORCID Tanımlayıcısı: Mevcut kaynakta belirtilmemiştir.

İletişim E-posta Adresi: pinar.irmak@windowslive.com

Yazışma Adresi: Mevcut kaynakta belirtilmemiştir.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

İzinler ve Ücret: Ölçeğin kullanıma ilişkin spesifik izin ve ücret bilgileri için sorumlu yazar (PINAR IRMAKVURAL) ile iletişime geçilmesi önerilir.

Test Yılı (Uyarılma): 2021

Bu ölçeğin Türkçe adaptasyon çalışmasına ait orijinal PDF dosyası burada indirilebilir: [menstrual-deneyimler-olcegi-toad.pdf](#). Ayrıca DOCX formatındaki dosya da mevcuttur: [menstrual-deneyimler-olcegi-toad.docx](#).

Kaynaklar

Vural PI, Varşoglu Y. Menstrual Practice Needs Scale (MPNS): Reliability and Validity of the Turkish Version. *Cyprus J Med Sci*. 2021; 6(4): 295-302. Çevrimiçi makaleye erişim: cyprusjmedsci.com

Menstrual Deneyimler Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri, orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Kullandığım malzemelerin kayafetime adet lekesi yapabileceğinden endişelendim.

Kullandığım malzemeyi yerleştirirken çamaşırdan kaymasından endişelendim.

Malzemelerim bittiğinde daha fazla nasıl edinebileceğim konusunda endişelendim.

Evimde olduğum zaman yanımda yedek malzemeleri taşıdığım rahat hissettim.