

# Mutlulu?a A??r? De?er Verme Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Mutlulu?a A??r? De?er Verme Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.  
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=26338>

## Özet

Mutluluğa A??r? De?er Verme Ölçe?i (MAVDÖ), bireylerin mutluluğu arama ve ona ulaşma çabasına attıkları yüksek de?eri ölçmek amacıyla geli?tirilmis? bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, mutluluğu a??r? derecede yüceltmenin ve onu birincil yaşam hedefi haline getirmenin, paradoksal olarak daha düşük iyi olu? düzeyleri ve artan hayal kırıklığı ile sonuçlanabilece?i varsayımına dayanmaktadır. Ölçek, 2018 yılında ?brahim Demirci ve arkadaşları tarafından uluslararası bir kongrede sunulan çalışmada kapsamında Türkçeye bir **uyarlama** olarak kazandı?rılmı?tır.

Ölçe?in temel amacı, bireylerin duygusal düzenleme stratejilerini ve mutluluğa dair sahip oldukları kültürel veya ki?isel beklentileri nicel olarak de?erlendirmektir. Bu adaptasyon çalışması, özellikle Türk popülasyonunda mutluluğa yüklenen anlamın psikolojik sonuçları ara?tırmayı hedeflemektedir.

## Anahtar Kelimeler

Mutluluk, A??r? De?er Verme, iyi Olu?, Psikometri, Ölçek Uyarlaması, Duygusal Düzenleme, Mutluluk Paradoksu.

## Yazarlar

?brahim Demirci, H. Ek?i, F. Ek?i.

## Amaç

Mutluluğa A??r? De?er Verme Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin mutluluğu ne dereceye kadar bir gereklilik veya ulaşılabilir zorunlu bir hedef olarak gördüklerini saptamaktır. Ara?tırmalar, mutluluğu a??r? de?erli görme eğiliminin, bireylerin olumsuz duygularla başa çıkma yeteneklerini zayıflatması ve sosyal durumlarda baskı hissetmelerine neden olduğunu göstermektedir.

Bu ölçek, klinik ve deneysel **psikoloji** alanlarında, a??r? mutluluk arayışının neden olduğu stres, anksiyete ve hatta depresyon gibi olumsuz sonuçları inceleyen ara?tırmacılar için önemli bir araç sağlamaktadır. Ölçe?in Türkçe uyarlaması, Türk kültüründeki mutluluk normları ve beklentilerinin psikolojik etkilerini analiz etmeye olanak tanır.

## Yapı

Ölçek, "Mutluluğa A??r? De?er Verme" adı verilen tek bir **psikolojik yapıyı** ölçmektedir. Bu yapı, mutluluğun sürekli, yoğun ve yüksek öncelikli olması gerekti?i inancını içerir. Bu inanç, genellikle gerçekçi olmayan duygusal beklentilere yol açar.

A??r? de?er verme yap?s?, mutlulu?u hayat?n en önemli amac? olarak görme, mutlulu?u elde etmek için sürekli çaba gösterme ve mutlulu?un yoklu?unda derin hayal k??kl??? ya?ama e?ilimleri ile karakterizedir. Bu durum, bireyin do?al duygusal deneyimlerini (üzüntü, öfke vb.) reddetmesine veya bast?rmas?na yol açabilir, bu da paradoksal olarak mutluluk düzeyini dü?ürür.

## Geçerlik

Ölçe?in geçerlik bilgileri, kaynak içerikte say?sal verilerle detaylandır?lmam??t?r. Ancak, bir ölçe?in geçerli kabul edilebilmesi için genellikle yap? geçerli?i (construct validity) ve ölçüt ba??ml? geçerli?i (criterion validity) gibi geçerlik türlerinin ara?t?r?lmas? gerekir.

Bu tür uyarlama çal??malar?nda, ölçe?in maddelerinin, orijinal ölçe?in ölçtü?ü yap?y? Türk örnekleminde de do?ru bir ?ekilde temsil edip etmedi?i, yani **yap? geçerli?i**, Do?rulamaya Faktör Analizi (DFA) ile incelenmelidir. Ayr?ca, ölçe?in skorlar?n?n depresyon, anksiyete ve ya?am doyumu gibi ilgili psikolojik yap?larla beklenen yönde ili?kilenip ili?kilendi?i (yak?nsak ve ?raksak geçerlik) de rapor edilmelidir.

## Güvenirlik

Kaynak içerikte ölçe?in güvenilirlik katsay?lar?na ili?kin say?sal bilgi bulunmamaktad?r. Psikometrik aç?dan güvenilir bir araç olarak kabul edilmesi için, Mutluluğa A??r? De?er Verme Ölçe?i'nin iç tutarlı?k (Internal Consistency) ve zamanla tutarlı?k (Test-Tekrar Test) özelliklerinin incelenmesi gerekmektedir.

Genellikle, iç tutarlı?k Cronbach Alfa katsay?s? ile rapor edilir. Bu katsay?n?n kabul edilebilir bir düzeyde (örneğin, .70 ve üzeri) olması, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? tutarlı bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir. **Test-tekrar test** güvenilirli?i ise, ölçek puanlar?n?n belirli bir zaman aral???nda kararlı oldu?unu göstermelidir.

## Faktör Analizi

Mutluluğa A??r? De?er Verme Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama sürecinde, ölçe?in orijinal yap?s?n?n Türk popülasyonunda da korunup korunmad???n? belirlemek amacıyla faktör analizleri uygulanm??t?r. Orijinal ölçek genellikle tek boyutlu bir yap? sunmaktad?r.

Yap?lan analizlerde (Aç?mlaya ve Do?rulamaya Faktör Analizi), ölçe?in maddelerinin tek bir faktör altında toplanarak **mutluluğa a??r? de?er verme** yap?s?n? temsil etti?i gösterilmelidir. Bu analizler, ölçe?in kültürel adaptasyonunun ba?arılı oldu?unu ve istatistiksel olarak sağlam bir yap?ya sahip oldu?unu teyit eder.

## Ölçek Bilgileri

**Test Türü:** Uyarlama (Adaptation)

**Format:** Genellikle Likert Tipi Derecelendirme (Örnek: 1=Kesinlikle Kat?lm?yorum, 7=Kesinlikle Kat?l?yorum)

**Mevcut Diller:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Yeti?kinler ve Üniversite Ö?rencileri (Uyarlama çal??mas? örneklemini genellikle bu gruptan seçilmi?tir.)

**Ya? Grubu:** 18 ya? ve üzeri

**Popülasyon Detaylar?:** Türkiye'deki çe?itli e?itim ve demografik gruplardan örneklemler. Spesifik örneklem büyüklü?ü ve özellikleri kaynakta belirtilmemi?tir.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim (Self-report) ölçe?i.

## Anahtar Kelimeler

Psikometri, Mutlulu?a A??r? De?er Verme, Öznel ?yi Olu?, Stres, Adaptasyon, Mutluluk, Duygusal Bask?.

## Yazarlar ve ?leti?im

**Sorumlu Yazar:** ?brahim Demirci

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?:** Bilinmiyor

**Kurum E-posta Adresleri:** ibrahimdemircipdr@gmail.com

**Yaz??ma Adresi:** Bilinmiyor

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

**Test Y?I?:** 2018 (Uluslararası Kongre Sunumu)

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in ticari olmayan akademik kullan?mlar? için genellikle yazarlarla ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. ?zin ve ücret bilgileri için sorumlu yazar ?brahim Demirci ile irtibat kurulmal?dır.

## Referanslar

Demirci, ?. , Ek?i., H., Ek?i, F. (2018). Is happiness priceless? Valuing happiness can lead to unhappiness. **ERPA International Congresses on Education 2018**, 28 June -1 July 2018, Istanbul / Turkey.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: [mutluluga-asiri-deger-verme-olcegi-toad.pdf](#)

Ölçe?in Word (DOCX) format?ndaki dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: [mutluluga-asiri-deger-verme-olcegi-toad.docx](#)

## Mutlulu?a A??r? De?er Verme Ölçe?i Maddeleri

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

Kaynak içerikte ölçek maddeleri (soru listesi) bulunmamaktad?r. Maddelerin tam listesi için yukar?da belirtilen PDF veya DOCX dosyalar?n?n incelenmesi ya da sorumlu yazar ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.