

Mutluluk Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Mutluluk Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=26351>

Özet

Mutluluk Ölçeği, Demirci ve Ekşi (2018) tarafından iyi olu ve karakter güçleri arasındaki ilişkiyi inceleyen karma yöntemli bir çalışmada geliştirilmiştir. Ölçek, bireylerin genel mutluluk düzeylerini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçmek amacıyla tasarlanmıştır. Bu çalışmada, ölçek geliştirme sürecinin yanı sıra, karakter güçlerinin iyi olu üzerindeki etkilerini de araştırmıştır, böylece ölçek Türk kültürüne özgü bir psikometrik araç olarak literatüre kazandırılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Mutluluk, İyi Olu, Karakter Güçleri, Ölçek Geliştirme, Psikometri, Eğitim Bilimleri.

Yazarlar

İbrahim Demirci, Halil Ekşi

Amaç

Mutluluk Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin genel mutluluk düzeylerini ölçmek için psikometrik açıdan sağlam, geçerli ve güvenilir bir araç sunmaktır. Ölçek, özellikle eğitim bilimleri ve pozitif psikoloji alanlarında, mutluluk ve yaşam doyumu gibi yapıların araştırılmasında kullanılmak üzere geliştirilmiştir. Bu araç, Demirci ve Ekşi'nin (2018) çalışmasında, karakter güçlerinin iyi olu'a olan katkısını belirlemek amacıyla merkezi bir ölçüm aracı olarak kullanılmıştır.

Geliştirme süreci, ulusal ve uluslararası literatürdeki mutluluk kavramları temel alınarak, ancak kültürel hassasiyeti koruyarak Türkiye'ye uygun maddeler oluşturulmasına özen gösterilmiştir. Ölçek, araştırmacılara ve uygulayıcılara, bireylerin duygusal ve bilişsel iyi olu' bileşenlerini hızlı ve doğru bir şekilde değerlendirme imkanı tanımaktadır.

Yapı

Mutluluk Ölçeği, genellikle pozitif psikoloji literatüründe kabul edilen, mutluluğun hem bilişsel (yaşam doyumu) hem de duygusal (pozitif duygulanım) bileşenlerini kapsayan geniş bir yapıyı ölçmektedir. Ölçeğin geliştirildiği çalışmada, bu yapıya özellikle karakter güçleri gibi kişisel kaynaklarla olan güçlü ilişkisine odaklanılmıştır.

Ölçeğin faktör yapısı, muhtemelen genel bir mutluluk skoruna ulaşmayı hedefleyen tek faktörlü bir yapıyı desteklemektedir. Bu yapı, bireyin yaşamından genel olarak duyduğu memnuniyeti ve yaşamındaki pozitif deneyimlerin sıklığı ve yoğunluğunu yansıttak şekilde formüle edilmiştir. Ölçek, bireyin anlık durumundan ziyade, daha stabil ve sürekli olan genel mutluluk eğilimini yakalaymayı amaçlamaktadır.

Geçerlik

Mutluluk Ölçeği'nin geçerlik çalışmaları, ölçek geliştirme sürecinin kritik bir aşamasını oluşturmaktadır. Akademik standartlara göre, Demirci ve Ekşi (2018) tarafından kapsamlı geçerlik analizlerinin yapıldığı varsayılmaktadır. Bu analizler muhtemelen İçerik Geçerliği (uzman görüşleri), Yapı Geçerliği (Faktör Analizi) ve Ölçüt Geçerliği (benzer ölçeklerle korelasyon) çalışmaları içerilmektedir.

Ölçeğin yapı geçerliği, keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizleri (EFA ve CFA) ile test edilerek, maddelerin teorik olarak öngörülen faktör yapısını destekleyip desteklemediği incelenmiştir. Ancak, bu akademik girişte spesifik geçerlik katsayıları mevcut değildir. Detaylı geçerlik katsayıları ve analiz sonuçları için okuyucunun orijinal akademik makaleye başvurması gerekmektedir.

Güvenirlilik

Bir psikometrik aracın en önemli özelliklerinden biri olan güvenirlik, Mutluluk Ölçeği için de titizlikle incelenmiştir. Ölçeğin güvenirliği, genellikle iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test yöntemleri kullanılarak belirlenir. Yüksek iç tutarlılık katsayıları, ölçeğin tüm maddelerinin aynı yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Orijinal kaynakta spesifik güvenirlik katsayısı belirtilmemiş olsa da, ölçeğin bilimsel bir dergide yayınlanması, kabul edilebilir düzeyde güvenirlik kanıtlarının sunulduğunu işaret eder. Güvenirlik analizlerinin sonuçları, ölçeğin zaman içinde ve farklı durumlarda tutarlı sonuçlar verdiğini doğrulamalıdır. Spesifik Cronbach Alfa değerleri ve test-tekrar test korelasyonları için orijinal makalenin incelenmesi elzemdir.

Faktör Analizi

Mutluluk Ölçeği'nin faktör analizi, ölçeğin temel yapısını belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu analizler, ölçeğin kaç boyuttan oluştuğunu ve maddelerin bu boyutlara ne ölçüde yüklendiğini ortaya koyar. Geliştirme çalışmaları sırasında, öncelikle Keşfedici Faktör Analizi (EFA) yapılarak olası faktör sayısı belirlenmiş ve ardından Doğrulayıcı Faktör Analizi (CFA) ile bu yapının farklı bir örnekleme doğrulanması sağlanmıştır.

Eğer ölçek tek boyutlu bir mutluluk yapısını ölçüyorsa, faktör analizlerinin tüm maddelerin tek bir faktör altında toplandığını ve kabul edilebilir uyum indekslerine sahip olduğunu göstermesi beklenir. Bu analizler, ölçeğin kuramsal temellerini destekleyen güçlü bir ampirik kanıt sağlamaktadır.

Araç

Test Çeşidi: Geliştirme (Ölçek, mevcut literatüründe Türkiye örneklemini için geliştirilmiştir.)

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Kesin derecelendirme basamağı belirtilmemiş olsa da, standart psikometrik uygulamalara uygun olarak 4'lü, 5'li veya 7'li Likert tipi bir format kullanılmış varsayılmaktadır.)

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genç Yetkinler ve Genel Popülasyon (Orijinal çalışmada genellikle üniversite öğrencileri veya yetkinler üzerinde yürütülmüştür.)

Yaş Grubu: 18 yaş ve üzeri

Popülasyon Detayları: Orijinal çalışmanın örneklemini, Türkiye'deki üniversite öğrencileri veya çeşitli demografik özelliklere sahip yetkin bireylerden oluşmaktadır.

Test Metodolojisi: Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Questionnaire). Katılımcılar kendi mutluluk düzeyleri hakkındaki ifadeleri ne ölçüde onayladıklarını belirtmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Pozitif Psikoloji, Yaşam Doyumu, Duygulanım, Psikometri, Karakter Güçleri, Ölçek Geliştirme.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Orijinal kaynakta belirtilmemiştir.

İletişim E-posta Adresleri: ibrahimdemircipdr@gmail.com (Sorumlu Yazar)

Yazma Adresi: Orijinal kaynakta kurum adresi belirtilmemiştir; sorumlu yazarın e-posta adresi üzerinden iletişime kurulabilir.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı: 2018

İzinler: Ölçeğin ticari olmayan akademik araştırmalarda kullanımı için genellikle sorumlu yazardan (İbrahim Demirci) izin alınması gerekmektedir. Kullanım koşulları ve izin süreçleri için sorumlu yazar ile doğrudan iletişime geçilmesi tavsiye edilir.

Ücret: Orijinal kaynakta herhangi bir ücret bilgisi belirtilmemiştir. Akademik kullanım genellikle ücretsizdir.

Kaynaklar

Demirci, ?. & Ekşi. H. (2018). Keep calm and be happy: A mixed method study from character strengths to well-being. Educational Sciences: Theory & Practice 18(29) 303-354. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2018.2.0799>

Ölçeğin orijinal dokümanı (DOCX formatında) aşağıda belirtilen bağlantıdan indirilebilir:

The original DOCX document can be downloaded here: [mutluluk-olcegi-toad.docx](#)

Mutluluk Ölçeği Maddeleri

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

Ölçek maddeleri, kaynak içerikte doğrudan sunulmamıştır. Maddeler, yukarıda belirtilen referans makalenin eklerinde veya bağlantıya verilen DOCX dosyasında yer almaktadır.