

Otantik Mutluluk Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Otantik Mutluluk Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=28575>

Özet

Otantik Mutluluk Ölçeği, bireylerin kendi de?erleri ve benlikleriyle uyumlu olan otantik mutluluk e?ilimlerini, yüzeysel veya sosyal onaylanmaya dayalı olan kararsız mutluluk e?ilimlerinden ayırt etmek amacıyla geli?tirilmiş bir psikolojik ölçüm aracıdır. Esat ?anlı ve arkadaşları tarafından 2019 yılında psikometrik özellikleri incelenerek Türkçe literatüre kazandırılan bu ölçek, yüksek düzeyde geçerlik ve güvenilirlik sunan iki faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçek, pozitif psikoloji alanındaki araştırmalara önemli katkıları sağlayacak şekilde hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler

Otantik mutluluk, mutluluk, psikometrik özellikler, ölçek geliştirme, geçerlik, güvenilirlik.

Yazarlar

Esat ?ANLI, Sibel Balcı Çelik, Cemal Gençolu.

Amaç

Otantik Mutluluk Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin mutluluk deneyimlerini niteliksel olarak de?erlendirerek, gerçekçi ve içsel kaynaklı mutluluk ile dışsal ve de?işken mutluluk e?ilimlerini ölçmektir. Bu ayrıma, mutluluğun sadece hedonik bir durum olmaktan öte, bireyin yaşam amaçları ve özgünlüğü ile ne kadar bütünleştiğini anlamak için kritik öneme sahiptir.

Ölçek, araştırmacılara ve klinisyenlere, bireylerin psikolojik iyi oluş seviyelerini ve mutluluk kaynaklarına olan yaklaşımların daha derinlemesine analiz etme imkanı sunarak, pozitif psikoloji müdahalelerinin etkinliğini de?erlendirmede kullanılabilir geçerli bir araç sağlamaktadır.

Yapı

Ölçek, mutluluk e?ilimini iki farklı ama ilişkili boyutta inceleyen iki faktörlü bir yapıya sahiptir:

Otantik Mutluluk E?ilimi: Bireyin içsel motivasyonlardan ve kişisel de?erlerden beslenen, kalıcı ve gerçek mutluluk durumunu deneyimleme e?ilimini temsil eder.

Kararsız Mutluluk E?ilimi: Sosyal beklentilere, dışsal onaylanmaya veya geçici durumlara bağlı olarak ortaya çıkan, istikrarsız ve yüzeysel mutluluk algısının ölçer.

Geçerlik

Ölçeğin yapı geçerliği, açılmayacak ve doğrulayacak faktör analizleri (DFA) ile kapsamlı bir şekilde incelenmiştir. Faktör analizleri sonucunda, ölçeğin iki boyutlu yapısının güçlü olduğu ve toplam

varyansın %45'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Bu oran, psikometrik açıdan kabul edilebilir bir düzeyde yapısal açıklığı ifade eder.

Madde toplam puan korelasyonları, maddelerin ilgili alt boyutlarla yüksek düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir; bu korelasyonlar .489 ile .853 arasında değişmektedir. Ayrıca, doğrulama faktör analizi bulguları, elde edilen uyum indekslerinin teorik olarak beklenen iki boyutlu yapıya karşılık bir şekilde doğrulanması kanıtlanmıştır.

Güvenirlilik

Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlilik analizleri, alt boyutların yüksek düzeyde güvenilir olduğunu ortaya koymuştur. Cronbach Alfa katsayıları şu şekildedir:

Otantik Mutluluk Eşilimi alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı: **.87**.

Kararsız Mutluluk Eşilimi alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı: **.88**.

Bu yüksek iç tutarlılık değerleri, ölçek maddelerinin kendi alt boyutlarında homojen olduğunu ve ölçülmek istenen yapıya tutarlı bir şekilde yansıtması göstermektedir.

Faktör Analizi

Otantik Mutluluk Ölçeği, iki faktörlü bir yapıya sahiptir. Yapılan faktör analizleri, ölçeğin maddelerinin net bir şekilde "Otantik Mutluluk Eşilimi" ve "Kararsız Mutluluk Eşilimi" olmak üzere iki ayrı faktöre yüklendiğini göstermiştir. Bu iki faktör, toplam varyansın %45'ini açıklayarak ölçeğin yapısal sağlamlığı kanıtlanmıştır.

Doğrulama faktör analizi (DFA) sonuçları, modelin veri ile uyumunun yüksek olduğunu ve ölçeğin teorik temellerini destekleyen sağlam bir psikometrik yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Madde yükleri ve korelasyon değerleri, iki boyutlu modelin geçerliğini güçlendirmektedir.

Ölçüm Aracı

Test Türü: Geliştirme (Yeni bir ölçek yapması).

Format: 5'li Likert tipi derecelendirme.

Mevcut Dil: Türkçe.

Popülasyon Grubu: Yetişkin ve akademik popülasyonlar.

Yaş Grubu: Yetişkin yaş grubu (Genellikle 18 yaş ve üzeri).

Popülasyon Detayları: Ölçeğin geliştirme çalışması, Türkiye'deki yükseköğretim kurumlarında

ö?renim gören bireyler ve/veya genel yeti?kin örneklemini üzerinde ger?ekle?tirilmis?tir.

Test Metodolojisi: Kat?ilimc?lar, kendilerine sunulan her bir ifadeye, bu ifadenin kendilerine ne kadar uygun oldu?unu belirten 1'den 5'e kadar bir derecelendirme yaparlar. Derecelendirme format?: 1=Benim için hiç uygun de?il, 5=Tamamen uygun.

Anahtar Kelimeler

Otantik mutluluk, karars?z mutluluk, psikolojik iyi olu?, pozitif psikoloji, psikolojik ölçüm, faktör analizi, iç tutarlı?k.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Orijinal kaynakta belirtilmemis?tir.

Kurum E-posta Adresleri: esat.sanli@omu.edu.tr (Sorumlu Yazar Esat ?ANLI)

Yaz??ma Adresi: Yazarlar?n ba?lı? oldu?u akademik kurumlar (Örne?in, Ondokuz Mayıs Üniversitesi).

?zinler, Ücret ve Test Y?li?

Ölçek, 2019 y?l?nda yay?mlanm??tır. Akademik ve ara?tırma amaçlı? kullan?mlar için sorumluluk yazara aittir. Ölçe?in ticari kullan?m? veya geni? çaplı? uygulamalar? öncesinde sorumlu yazar Esat ?ANLI ile e-posta yoluyla ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçe?in orijinal makalesi ve detaylı? psikometrik bilgileri, Khazar Journal of Humanities and Social Science dergisinde bulunmaktadır.

Kaynaklar

?anlı?, E., Balç? Çelik, S., & Genço?lu, C. (2019). Validity and reliability of The Authentic Happiness Scale. *Khazar Journal of Humanities and Social Science*, 22(1), 5-20. doi: 10.5782/2223-2621.2019.22.1.5

Orijinal makalenin ba?lant?s? (PDF): baku8km.khazar.org

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: otantik-mutluluk-olcegi-toad.pdf

Otantik Mutluluk Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıda, ölçeğin yapısını göstermek amacıyla orijinal çalışmadan alınmış örnek maddeler sunulmuştur. Bu maddeler, ölçeğin tamamını temsil etmemektedir.

İnsanlara mutlu görünmek için olduğumdan farklı davranıyorum hissediyorum.

Benim için başlayan her yeni gün yeni bir umut demek.

Gerçekten beni neyin mutlu ettiğini bilmiyorum.

Derecelendirme Sistemi: 1=Benim için hiç uygun değil, 5=Tamamen uygun.

ARABPSYCHOLOGY.COM