

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=28814>

Özet

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği, bireylerin kendi duygu, düşünce ve davranışları hakkında bir şekilde yönetme yeteneğini de değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş bir psikolojik ölçme aracıdır. Bu ölçek, orijinal bir yapının uyarlama çalışması olarak Türkiye'ye kazandırılmıştır. Toplam 9 maddeden ve iki alt boyuttan oluşan ölçek, "Bireysel Farkındalık" ve "Seçim Hakkı" faktörlerini içermektedir. Ölçeğin derecelendirmesi 5'li Likert tipi bir format kullanılmaktadır. Yapılan psikometrik analizler, ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği, özerklik, benlik yönetimi, psikolojik ölçme, geçerlik, güvenirlilik, faktör analizi, uyarlama.

Yazarlar

Müge Ersoy Kart, Özgür Güldü

Amaç

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin kendi içsel süreçlerini ve dikkatli eylemlerini ne derecede hakkında ve bilinçli bir şekilde yönettiklerini belirlemektir. Bu ölçek, özellikle bireylerin karar alma süreçlerinde, duygusal tepkilerinde ve davranışsal seçimlerinde sahip oldukları özerklik düzeyini değerlendirmeyi hedefler. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, bu yapının Türk kültüründe de geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçülebilmesini sağlamıştır.

Uyarlama çalışması, psikolojik kavramların farklı kültürel bağlamlarda nasıl işlediğini anlamak ve bu kavramları ölçmek için uygun araçlar sunmak açısından önem taşımaktadır. Bu ölçek, özellikle eğitim, klinik ve gelişim psikolojisi alanlarında bireylerin benlik yönetimi kapasitelerini incelemek için değerli bir araç olarak kullanılabilir.

Yapı

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği, "özerk benlik yönetimi" psikolojik yapı olarak ölçmektedir. Bu yapı, bireyin kendi içsel deneyimlerini (duygular, düşünceler) ve dikkatli davranışları bilinçli ve hakkında bir şekilde yönlendirme kapasitesini ifade eder. Ölçek, bu karmaşık yapıyı iki temel alt boyut aracılığıyla ele almaktadır: **Bireysel Farkındalık** ve **Seçim Hakkı**.

Bireysel Farkındalık boyutu, bireyin kendi içsel durumları, duyguları ve düşüncelerini ne

kadar iyi anladığını ve bu konularda ne derecede bilinçli olduğunu yansıtır. **Seçim Hakkı** boyutu ise bireyin eylemlerinin, kararlarının ve yaşam tercihlerinin kendi özgür iradesiyle ve dikkatli baskılardan bağımsız olarak alındığına dair inancını ve deneyimini temsil eder. Bu iki boyut birlikte, bireyin özerk bir şekilde kendini yönetme yeteneğinin kapsamlı bir görünümünü sunar.

Geçerlik

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği'nin Türkçe uyarlama çalışmasında, ölçeğin psikometrik geçerlik özellikleri incelenmiştir. Özellikle, ölçeğin faktör yapısını destekleyen bulgular elde edilmiştir. "Seçim Hakkı" ve "Bireysel Farkındalık" faktörleri için yapılan analizlerde, madde toplam korelasyonları 0.20'den yüksek bulunması, her bir alt faktörün iç tutarlılığını ve maddelerin ilgili faktörü temsil gücünün yeterli olduğunu göstermiştir.

Bu bulgular, ölçek maddelerinin ilgili alt boyutlarla tutarlı bir şekilde ilişkili olduğunu ve dolayısıyla ölçeğin ölçmeyi amaçladığı yapıyı başarıyla bir şekilde temsil ettiğini desteklemektedir. Geçerlik analizleri, ölçeğin teorik yapıyla uyumlu bir şekilde çalışarak özerk benlik yönetimi kavramını doğru bir şekilde ölçtüğüne dair önemli kanıtlar sunmaktadır.

Güvenirlik

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği'nin güvenirlik analizleri, hem orijinal ölçek hem de Türkçe uyarlama için güçlü sonuçlar ortaya koymuştur. Orijinal ölçeğin birçok örnekleme uygulanan çalışmalarıda, iç tutarlılık alfa değerleri 0.85 ile 0.93 arasında değişmektedir, bu da ölçeğin yüksek bir iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir.

Türkçe uyarlama çalışmasında ise "Seçim Hakkı" faktörü için alfa değeri 0.70, "Bireysel Farkındalık" faktörü için ise yine 0.70 olarak bulunmuştur. Ayrıca, iki yarım güvenilirlikleri sırasıyla 0.67 ve 0.71 olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin zamana karşı kararlılığını gösteren test-tekrar test güvenilirliği, 8 haftalık bir arayla uygulandıında 0.77 olarak tespit edilmiştir. Bu değerler, Türkçe formun hem iç tutarlılık hem de zamana karşı kararlılık açısından kabul edilebilir düzeyde güvenilir olduğunu belirtmektedir.

Faktör Analizi

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği'nin faktör yapısı, iki temel alt boyut etrafında şekillenmiştir. Bu alt boyutlar, "Bireysel Farkındalık" ve "Seçim Hakkı" olarak tanımlanmıştır. Ölçek toplam 9 maddeden oluşmakta olup, "Bireysel Farkındalık" alt boyutu 5 maddeyi, "Seçim Hakkı" alt boyutu ise 4 maddeyi içermektedir. Bu faktör yapısı, ölçeğin orijinal yapıyla tutarlılık göstermekte ve özerk benlik yönetimi kavramının çok boyutlu doğasını yansıtmaktadır.

Her bir alt boyuta ait ölçek maddeleri için ayrı ayrı çökarılan madde toplam korelasyonların 0.20'den yüksek bulunması, faktörlerin içsel tutarlılığı ve maddelerin ilgili faktörlere yüklenme gücünü desteklemektedir. Bu bulgular, ölçeğin belirgin bir faktör yapısına sahip olduğunu ve bu yapının psikometrik olarak sağlam olduğunu göstermektedir.

Ölçek

Test Tipi: Uyarlama

Format: 5'li Likert tipi (Tamamen katılmıyorum'dan Tamamen katılıyorum'a)

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Yetkinler, özellikle üniversite öğrencileri (uyarlama çalışması kapsamında)

Yaş Grubu: 18 yaş ve üzeri

Popülasyon Detayları: Uyarlama çalışması, Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin genel yetkin popülasyonunda da kullanılabileceği varsayılmaktadır, ancak farklı popülasyonlar için ek geçerlik ve güvenirlik çalışmaları önerilmektedir.

Test Metodolojisi: Kendi kendine uygulanan anket (self-report questionnaire)

Anahtar Kelimeler

Özerk Benlik Yönetimi, Benlik Yönetimi Ölçeği, Bireysel Farkındalık, Seçim Hakkı, Psikolojik Ölçme, Alfa Katsayısı, Test-Tekrar Test.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Mevcut Değil

Kurumsal E-posta Adresleri: ersoy@politics.ankara.edu.tr (Müge Ersoy Kart)

Yazışma Adresi: Mevcut Değil

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin kullanılması için izinler için sorumlu yazarlarla iletişime geçilmesi önerilir. Akademik ve araştırma amaçlı kullanımlar için genellikle izin talep edilmektedir. Ölçek için herhangi bir ücret bilgisi belirtilmemiştir. Uyarlama çalışması ve ölçeğin referans yılı **2008**'dir.

Referanslar

Kart, M. E. ve Güldü, Ö.(2008). Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği: Uyarlama çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(2), 187-207.

Makalenin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: dergiler.ankara.edu.tr

Ölçeğin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: ozerk-benlik-yonetimi-olcegi-toad.pdf

Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

2 alt boyut ve 9 madde

Bireysel Farkındalık (5 m): Duygularım bazen bana yabancı gibi görünür.

Seçim Hakkı (4 m): Yaptığım şeyler her zaman kendi seçimimdir.