

Öznel Zindelik Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Öznel Zindelik Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=28856>

Özet

Öznel Zindelik Ölçeği, bireylerin kendi zindelik düzeylerini algılamalarını ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik özellikleri incelenmiş bir psikolojik ölçme aracıdır. Bu ölçek, Uysal, Sarıçam ve Akın (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Uyarılama çalışması, ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik analizlerini kapsamakta olup, tek boyutlu bir yapıyı ortaya koymuştur. Ölçek, bireyin kendini ne kadar canlı ve enerjik hissettiğini değerlendirilmesine olanak tanır ve psikolojik iyi oluş alanındaki araştırmalar için önemli bir araçtır.

Anahtar Kelimeler

Öznel zindelik, psikolojik iyi oluş, zindelik ölçeği, uyarılama, geçerlik, güvenilirlik, faktör analizi, psikometri

Yazarlar

R. Uysal, Hakan Sarıçam, A. Akın

Amaç

Öznel Zindelik Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin kendilerini ne denli canlı, enerjik ve dinç hissettiklerini, yani kendi öznel zindelik seviyelerini kapsamlı bir şekilde değerlendirmektir. Bu ölçek, psikolojik iyi oluş, yaşam kalitesi ve enerji düzeyleri üzerine yapılan araştırmalarda kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı sunmayı hedefler.

Türkçeye uyarlanmasıyla, ölçek Türkiye'deki araştırmacılar ve uygulayıcılar için öznel zindelik kavramının kültürel olarak geçerli bir şekilde inceleme fırsatı sağlamaktadır. Bu sayede, bireylerin psikolojik sağlıkları ve yaşam enerjilerini etkileyen faktörlerin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır.

Yapı

Öznel Zindelik Ölçeği, bireyin enerji ve canlılık algısını ifade eden **öznel zindelik yapısını** ölçmektedir. Bu yapı, genel iyi oluş halinin önemli bir bileşeni olarak kabul edilir ve bireyin günlük yaşamdaki ilevselliği, motivasyonu ve yaşam doyumunu ile yakından ilişkilidir. Ölçek, bu tek boyutlu yapıyı temsil eden maddeler aracılığıyla bireylerin içsel canlılık ve enerji hislerini değerlendirir.

Ölçeğin orijinal formuyla uyumlu olarak tek boyutlu olduğu belirlenmiştir, bu da öznel zindeliğin tekil ve tutarlı bir kavram olarak ölçüldüğünü göstermektedir. Bu yaklaşımda, ölçeğin teorik temellerini

güçlendirmekte ve psikolojik araştırmalarda tutarlı sonuçlar elde edilmesine olanak tanımaktadır.

Geçerlik

Ölçeğin geçerlik çalışmaları, Türkçe formunun psikometrik sağamlığın destekleyen bulgular sunmuştur. Yapı geçerliyi için gerçekleştirilen açıklayıcı faktör analizi (AFA), maddelerin orijinal formu ile uyumlu olarak tek bir boyutta toplandığını göstermiştir. Bu durum, ölçeğin teorik yapıyla örtüşüğünü ve ölçmek istediği kavramı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü ifade etmektedir.

Daha sonra yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları, yedi maddenin tek boyuttaki uyum indekslerinin mükemmel seviyede olduğunu ortaya koymuştur. Uyum indeksleri ($\chi^2/sd=1.73$, RMSEA= .047, AGFI=.96, CFI=1.00, GFI=.99, IFI=1.00, NFI=.99, RFI=.97 ve SRMR=.023) ölçeğin veri ile yüksek düzeyde uyumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin faktör yükleri .29 ile .86 arasında sıralanmakta olup, maddelerin ölçülen yapıyı yeterince temsil ettiğini göstermektedir. Ölçüt geçerliyi çalışmasında ise öznel zindelik ile öznel mutluluk arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur, bu da ölçeğin ilişkili olduğu diğer kavramlarla teorik olarak beklenen yönde ilişkili olduğunu teyit etmektedir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik analizleri de Türkçe formunun tutarlı ve kararlı bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. İç tutarlılık güvenilirliyi için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı .84 olarak bulunmuştur. Bu değer, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda yüksek bir uyum içinde olduğunu ve içsel olarak tutarlı olduğunu ifade etmektedir.

Zaman içindeki kararlılığı değerlendirmek amacıyla yapılan test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .79 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuç, ölçeğin farklı zamanlarda uygulandığında benzer sonuçlar verdiğini ve ölçtüğü özelliğın zamanla değişmediği varsayıldığında kararlı olduğunu göstermektedir. Her iki güvenilirlik katsayısı da Öznel Zindelik Ölçeği'nin Türkçe formunun güvenilir bir araç olduğunu doğulamaktadır.

Faktör Analizi

Öznel Zindelik Ölçeği'nin yapısal özellikleri, hem açıklayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizleri ile detaylı bir şekilde incelenmiştir. Açıklayıcı faktör analizi, ölçek maddelerinin orijinal formu ile uyumlu olarak tek bir faktör altında toplandığını göstermiştir. Bu bulgu, ölçeğin öznel zindelik kavramını tek ve homojen bir yapı olarak ölçtüğü hipotezini desteklemektedir.

Doğrulayıcı faktör analizi ise, yedi maddelik tek boyutlu modelin veriyle mükemmel bir uyum sergilediğini kanıtlamıştır. Elde edilen uyum indeksleri ($\chi^2/sd=1.73$, RMSEA= .047, AGFI=.96, CFI=1.00, GFI=.99, IFI=1.00, NFI=.99, RFI=.97 ve SRMR=.023) modelin yeterliliğini ve ölçeğin

yapısal geçerliliğini güçlü bir şekilde doğrulamaktadır. Faktör yüklerinin .29 ile .86 arasında değişmesi, her bir maddenin ölçülen yapıyla anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Enstrüman

Test Türü: Uyarlama

Format: 7'li Likert ölçeği (1=Benim için hiç geçerli değil - 7=Benim için tamamen geçerli)

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel yetişkin popülasyonu (uyarlama çalışması kapsamında)

Yaş Grubu: Belirtilmemiş (genel yetişkinler için uygun olduğu varsayılmaktadır)

Popülasyon Detayları: Uyarlama çalışması Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi bünyesinde gerçekleştirilmiştir.

Test Metodolojisi: Öz bildirimli, nicel bir ölçektir.

Anahtar Kelimeler

Zindelik, psikolojik ölçme, tek boyutlu ölçek, faktör yükleri, uyum indeksleri, iç tutarlılık, test-tekrar test

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcı: Mevcut Değil

Kurumsal E-posta Adresleri: hakansaricam@gmail.com (Hakan Sarıçam için)

Yazışma Adresi: Mevcut Değil

İzinler & Ücret ve Test Yolu

Ölçeğin orijinal uyarlama çalışması 2014 yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin kullanımına ilişkin spesifik izinler veya ücretlendirme bilgileri kaynakta belirtilmemiştir. Genellikle akademik ve araştırma amaçlı kullanımlarda, yazarlarla iletişime geçilmesi veya kaynak gösterilmesi beklenir.

Referanslar

Uysal, R., Sarıçam, H., & Akın, A. (2014). Öznel Zindelik Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik

Özellikleri. *Mu?la S?tk? Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33, 136-146.

Referans makalenin bağlantısı: dergipark.gov.tr

Ölçeğin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: oznel-zindelik-olcegi-toad.pdf

Öznel Zindelik Ölçeği Maddeleri

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

Kaynak içerikte ölçeğin tüm maddeleri yerine sadece bir örnek madde verilmiştir. Ölçek, tek boyutlu toplam 6 maddeden oluşmaktadır.

Ör: Kendimi canlı ve zinde hissedirim.

ARABPSYCHOLOGY.COM