

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=29225>

Özet

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS), bireylerin hem pozitif hem de negatif duygusal durumların ölçmek amacıyla geliştirilmiş, yaygın olarak kullanılan bir psikolojik ölçektir. Bu giriş, Tülin Gençöz tarafından 2000 yılında gerçekleştirilen Türkçe uyarlama çalışmasına odaklanmaktadır. Gençöz'ün çalışması, ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik özelliklerini incelemeyi amaçlamıştır. Ölçek, 20 maddeden oluşmakta olup, her biri 10 maddelik iki ayrı alt boyuta ayrılmaktadır: **Pozitif Duygu Durumu** ve **Negatif Duygu Durumu**. Maddeler, 1 (çok az veya hiç) ile 5 (çok fazla) arasında değişen 5'li bir Likert ölçeği üzerinde derecelendirilmektedir. Bu adaptasyon, Türkçe konuşan popülasyonlarda duygu durumunu değerlendirmek için sağlam bir araç sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Duygu, Pozitif Duygu, Negatif Duygu, PANAS, Psikometrik Ölçek, Uyarlama, Geçerlik, Güvenirlik, Türkçe.

Yazarlar

Tülin Gençöz

Amaç

Tülin Gençöz tarafından 2000 yılında yürütülen bu uyarlama çalışmasının temel amacı, Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen **Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği**'nin (PANAS) Türkçe formunun psikometrik özelliklerini değerlendirmektir. Bu çalışma, ölçeğin Türkiye'deki yetkin popülasyonunda güvenilir ve geçerli bir şekilde kullanılabilmesini göstermeyi hedeflemiştir.

Ölçek, bireylerin genel **duygu** durumların ölçmenin yanı sıra, klinik ve araştırma ortamlarında **pozitif** ve **negatif duygu** durumların ayrı boyutlar olarak incelenmesine olanak tanımaktadır. Bu sayede, çeşitli psikolojik rahatsızlıkların ve iyi oluş hallerinin anlaşılmasına katkıda bulunulması amaçlanmıştır.

Yapı

PANAS, iki temel ve bağımsız duygusal boyutu ölçmek üzere tasarlanmıştır: **Pozitif Duygu Durumu** ve **Negatif Duygu Durumu**. **Pozitif Duygu Durumu**, bireyin canlılık, ilgi, coşku ve aktif katılım gibi hoş ve enerji dolu duygusal deneyimlerini yansıtır. Yüksek pozitif duyguya sahip bireyler genellikle kendilerini ilgili, hevesli ve güçlü hissederler. Ölçekteki pozitif duygu durum boyutu 10 maddeden oluşmaktadır.

Öte yandan, **Negatif Duygu Durumu**, bireyin stres, gerginlik, korku, suçluluk, utanç ve öfke gibi naho? ve ho?nutsuz duygusal deneyimlerini ifade eder. Yüksek negatif duyguya sahip bireyler genellikle kendilerini mutsuz, gergin ve s?k?nt?l? hissederler. Ölçekteki negatif duygu durum boyutu da 10 maddeden olu?maktadır. Bu iki boyutun ayr? ayr? ölçülmesi, duygu regülasyonu ve psikopatoloji alanlar?nda önemli bilgiler sa?lamaktadır.

Geçerlik

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği'nin Türkçe uyarlama çal??mas?nda, ölçeğin yap? geçerli?i özel bir dikkatle incelenmiştir. Daha önceki bir Türkçe uygulamada, tek bir pozitif duygu maddesinin beklenen faktör alt?nda yeterli yükleme göstermedi?i tespit edilmiştir. Gençöz (2000) bu sorunu gidermek amac?yla ilgili maddenin çevirisinde bir de?i?iklik yapm??t?r.

Yap?lan bu çeviri de?i?ikli?i sonucunda, tüm maddelerin beklenen faktörler alt?nda örgütlendi?i ve kabul edilebilir düzeyde bir iç tutarlıl?k gösterdi?i belirlenmiştir. Bu durum, ölçeğin Türkçe formunun, orijinal ölçeğin teorik yap?s?n? ve ölçtü?ü **pozitif ve negatif duygu** yap?lar?n? ba?ar?yla yansıtt??n? ve böylece yüksek bir yap? geçerli?ine sahip oldu?unu göstermektedir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenirlik analizleri, Cronbach alfa katsay?s? kullan?larak yap?lm??t?r. Gençöz (2000) taraf?ndan yürütülen çal??mada, **Pozitif Duygu Durumu** alt boyutu için Cronbach alfa de?eri .83 olarak bulunmuştur. **Negatif Duygu Durumu** alt boyutu için ise bu de?er .86 olarak rapor edilmiştir.

Bu alfa katsay?lar?, her iki alt boyut için de yüksek düzeyde iç tutarlıl?k oldu?unu göstermektedir. Genel olarak, .70 ve üzeri Cronbach alfa de?erleri kabul edilebilir güvenirlik düzeyleri olarak kabul edildi?inden, **Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği**'nin Türkçe formunun güvenilir bir ölçüm arac? oldu?u sonucuna var?lm??t?r.

Faktör Analizi

Gençöz (2000) taraf?ndan yap?lan faktör analizi, **Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği**'nin iki faktörlü yap?s?n? desteklemiştir. Çal??ma, ölçeğin maddelerinin, teorik olarak beklenen **pozitif duygu** ve **negatif duygu** faktörleri alt?nda ba?ar?l? bir ?ekilde kümelendi?ini göstermiştir. Bu, ölçeğin iki ayr? ve ba??ms?z duygusal boyutu ölçme kapasitesini do?rulamaktadır.

Özellikle, önceki bir çal??mada sorunlu oldu?u tespit edilen bir pozitif duygu maddesinin çevirisindeki revizyon, bu maddenin beklenen faktör alt?nda daha güçlü bir yükleme almas?n? sa?lam??t?r. Bu düzeltme, ölçeğin faktör yap?s?n?n sa?lamla??n? art?rarak, Türkçe formunun orijinal ölçeğin yap?sal bütünlü?ünü korudu?unu teyit etmiştir.

Ölçek Bilgileri

Test Tipi: Uyarlama

Format: 2 alt boyut ve 20 madde (10 pozitif duygu maddesi, 10 negatif duygu maddesi). 5'li Likert ölçeği (1= çok az veya hiç - 5= çok fazla).

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Yeti?kin Türk popülasyonu

Ya? Grubu: Yeti?kinler (18 ya? ve üzeri)

Popülasyon Detaylar?: Türkiye'de yap?lan psikometrik çal??malar için uygun. Gençöz'ün çal??mas?nda üniversite ö?rencileri ve/veya genel popülasyondan örneklem kullan?lm?? olabilir.

Test Metodolojisi: Öz-bildirim ölçeği. Kat?l?mc?lar, belirli duygu durumlar?n? ne s?kl?kta veya yo?unlukta deneyimlediklerini 5'li Likert ölçeği üzerinde belirtirler.

Anahtar Kelimeler

Duygu, **Pozitif Duygu**, **Negatif Duygu**, PANAS, Psikometrik Ölçek, Uyarlama, Geçerlik, Güvenirlik, Türkçe.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Mevcut De?il

Ba?l?l?k E-posta Adresleri: tgencoz@metu.edu.tr

Yaz??ma Adresi: Mevcut De?il

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2000 (Türkçe uyarlama çal??mas?).

?zinler ve Ücret: Ölçeğin kullan?m? için sorumlu yazar Tülin Gençöz ile ileti?ime geçilmesi önerilir. Ölçeğin ticari veya geni? ölçekli kullan?m? için özel izinler ve/veya ücretler söz konusu olabilir. Akademik ve ara?t?rma amaçlı kullan?mlar için genellikle yazar?n izni yeterli olmaktadır. Ücret bilgisi kaynakta belirtilmemiştir.

Kaynaklar

Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26. turkpsikolojidergisi.com

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği Maddeleri

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

Satılan kaynak içerikte ölçek maddeleri bulunmamaktadır. Yalnızca alt boyutların adları ve madde sayıları belirtilmiştir.

Pozitif Duygu Durum Boyutu (10 madde)

Negatif Duygu Durum Boyutu (10 madde)