

# Psikolojik Esneklik Ölçeği

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Psikolojik Esneklik Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=29426>

## Ölçek Çeşidi: Uyarlama

### Kaynak/Referans:

Karakuş, S. ve Akbay, S. E. (2020). Psikolojik Esneklik Ölçeği: Uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 32-43. doi: 10.17860/mersinefd.669825

Sorumlu Yazar: Sena KARAKUŞ

### Geçerlik:

Bu araştırmanın verilerinin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek amacıyla KMO katsayısı ve Bartlett değeri bakılmıştır. Sonuçlar KMO=0.789;  $\chi^2= 3096.080$ ;  $p= 0.00$  olduğundan veri setinin faktör analizine uygun olduğu görülmektedir.

### Güvenirlik:

Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .79 olarak bulunmuştur.

28 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır.

Değer ve Değer Doğultusuna Davranış (10m): Benim için neyin önemli olduğunu ve hayattanda gelmek istediğim noktayı biliyorum.

An'ında Olma (7m): ?? veya görevlerimi, ne yaptığımı farkında olmaksızın, otomatik bir şekilde yaparım.

Kabul (5m): Duygu ve düşüncelerin ortaya çıkmasını engellemek için bir şeylerle meşgul olmaya çalışırım.

Başlımsal Benlik (3m): Zorlayıcı duygu, düşünce veya hisleri ortaya çıkarabilecek durumlardan kaçınmaya çalışırım.

Ayrıma (3m): Düşüncelerimin, yapmak istediğim şeyleri engellemesine izin vermem.

Derecelendirme: 7'li Likert (1= hiç katılmıyorum - 7= tamamen katılıyorum)

İletişim: [karakussena@outlook.com](mailto:karakussena@outlook.com)



PDF: [psikolojik-esneklik-olcegi-toad.pdf](#)