Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30026

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i, bireylerin zorlu görevler veya performans gerektiren durumlar öncesinde kulland?klar? **savunmac? kötümserlik** e?ilimini ölçmek amac?yla Türkçe'ye uyarlanm?? psikometrik bir araçt?r. Savunmac? kötümserlik, bireylerin yüksek beklentiler yerine kas?tl? olarak dü?ük beklentiler belirleyerek ve olas? olumsuz sonuçlar? detayl?ca dü?ünerek kayg? düzeyini yönetmelerine olanak tan?yan bir ba?a ç?kma stratejisidir.

Ölçe?in Türkçe uyarlamas?, I??l Tekin taraf?ndan 2018 y?l?nda Marmara Üniversitesi'nde sunulan doktora tezi kapsam?nda gerçekle?tirilmi?tir. Bu çal??ma, savunmac? kötümserli?in akademik ba?ar?, bili?sel esneklik, kayg? ve ki?ilik özellikleri gibi önemli psikolojik yap?larla olan ili?kisini ampirik olarak incelemeyi amaçlam??t?r. Ölçek, özgün yap?n?n Türk kültürüne ve diline uygunlu?unu kan?tlayan bir **uyarlama** çal??mas?d?r.

Anahtar Kelimeler

Savunmac? Kötümserlik, Ba?a Ç?kma Stratejileri, Akademik Ba?ar?, Bili?sel Esneklik, Kayg?, Ki?ilik, Psikometri, Ölçek Uyarlamas?, I??l Tekin.

Yazarlar

I??l Tekin (Uyarlayan).

Amaç

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin stresli performans durumlar?na yönelik **adaptif** bir strateji olarak kabul edilen savunmac? kötümserlik seviyelerini nicel olarak belirlemektir. Bu strateji, bireyin dü?ük beklentiler belirleyerek ve olas? ba?ar?s?zl?k senaryolar?na kar?? zihinsel haz?rl?k yaparak kayg?y? mobilize etmesini ve bu enerjiyi performansa odaklamas?n? sa?lar.

Uyarlama çal??mas?n?n birincil amac?, orijinal ölçe?in psikometrik özelliklerinin (geçerlik ve güvenirlik) Türk yüksekö?retim ö?rencileri örnekleminde do?rulanmas?d?r. ?kincil olarak, bu yap?n?n akademik ba?ar? ve di?er bili?sel/duygusal de?i?kenlerle olan korelasyonel ili?kilerinin incelenmesi hedeflenmi?tir.

Yap?

Ölçek, sosyal psikoloji literatüründe tan?mlanan **Savunmac? Kötümserlik** (Defensive Pessimism) yap?s?n? ölçmektedir. Savunmac? Kötümserlik, bir görevden önce kayg?l? olan bireylerin, performanslar?n? art?rmak için beklentilerini gerçekçi olmayan bir ?ekilde dü?ürmeleri ve

ARABPSYCHOLOGY.COM

ard?ndan bekledikleri olumsuz sonuçlar? önlemek için yo?un çaba göstermeleri ile karakterize edilen bir bili?sel stratejidir. Bu yap?, basitçe karamsarl?k veya klinik depresyondan ayr?l?r; çünkü savunmac? kötümserlik, genellikle yüksek performans sonuçlar?na yol açan i?levsel bir ba?a ç?kma mekanizmas? olarak hizmet eder.

Ölçek maddeleri, bireyin performansa dayal? durumlarda ne s?kl?kta olas? kötü sonuçlar? dü?ündü?ünü, ne s?kl?kta beklentilerini dü?ürdü?ünü ve bu dü?ünceleri göreve haz?rlanmak için nas?l kulland???n? sorgular. Böylece, stratejinin hem bili?sel hem de duygusal bile?enleri de?erlendirilmi? olur.

Geçerlik

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama çal??mas?nda (Tekin, 2018), ölçe?in **yap? geçerli?i** detayl? olarak incelenmi?tir. Doktora tezinde, ölçe?in teorik yap?y? ne ölçüde temsil etti?ini belirlemek amac?yla çe?itli geçerlik analizlerinin (muhtemelen Do?rulay?c? Faktör Analizi ve Ölçüt Ba??ml? Geçerlik) kullan?ld??? varsay?lmaktad?r. Ölçe?in, beklenen psikolojik yap?larla (kayg? ve akademik ba?ar? gibi) anlaml? ili?kilere sahip oldu?u tespit edilmi?tir.

Kaynak referans özetinde spesifik geçerlik katsay?lar? yer almamakla birlikte, uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türk örnekleminde geçerli bir ölçüm arac? oldu?unu bilimsel yöntemlerle kan?tlam??t?r. Detayl? geçerlik katsay?lar? ve istatistiksel bulgular için ilgili doktora tezine ba?vurulmas? gerekmektedir.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik analizleri, uyarlama sürecinin temel bir bile?eni olarak yürütülmü?tür. Güvenirlik, ölçüm sonuçlar?n?n zaman içinde ve farkl? maddeler aras?nda tutarl?l???n? ifade eder. Genellikle güvenirlik, **iç tutarl?l?k katsay?s?** (Cronbach Alfa) ile rapor edilir. Yüksek iç tutarl?l?k, ölçek maddelerinin ayn? temel yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir.

Uyarlama çal??mas?nda elde edilen güvenirlik katsay?lar?n?n, psikometrik aç?dan kabul edilebilir düzeyde oldu?u ve ölçe?in Savunmac? Kötümserlik yap?s?n? Türk popülasyonunda güvenilir bir ?ekilde ölçebildi?i kabul edilmektedir. Spesifik güvenirlik de?erleri tezin ana metninde bulunmaktad?r.

Faktör Analizi

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamas?nda, ölçe?in boyutlulu?unu ve yap?sal bütünlü?ünü belirlemek amac?yla faktör analizi teknikleri kullan?lm??t?r. Bu analizler, orijinal ölçe?in tek veya çok boyutlu yap?s?n?n Türk kültürüne aktar?l?rken korunup korunmad???n? kontrol etmi?tir. **Faktör yükleri** ve faktör yap?s?na ili?kin sonuçlar, ölçe?in yap? geçerli?ini

ARABPSYCHOLOGY.COM

destekleyen kritik kan?tlard?r.

Faktör analizinin sonuçlar?, ölçe?in Savunmac? Kötümserlik yap?s?n?n alt bile?enlerini (e?er varsa) ve her bir maddenin ilgili faktöre ne kadar güçlü ba?land???n? ortaya koymu?tur. Bu analizler, ölçe?in Türkçe formunun teorik dayana??n? güçlendirmi?tir.

Araç

Test Type: Uyarlama

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Derecelendirme ad?mlar?, orijinal ölçe?in yap?s?na uygun olarak belirlenmi?tir.)

Language Available: Türkçe

Population Group: Yüksekö?retim Ö?rencileri

Age Group: Genç Yeti?kinlik Dönemi (18 ya? ve üzeri)

Population Details: Ölçek, özellikle akademik ba?ar? ve performans kayg?s?n?n yüksek oldu?u ö?renci popülasyonlar?nda kullan?lmak üzere uyarlanm??t?r.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale)

Anahtar Kelimeler

Öz-düzenleme, Performans Kayg?s?, Adaptif Stratejiler, Kötümserlik, Akademik Ba?ar?, Savunmac? Stratejiler, Marmara Üniversitesi, I??l Tekin.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor

Affiliation Email addresses: isil.tekin@medeniyet.edu.tr

Correspondence Address: Marmara Üniversitesi, ?stanbul (Uyarlama çal??mas?n?n yap?ld??? kurum)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in Türkçe uyarlamas? 2018 y?l?nda doktora tezi kapsam?nda tamamlanm??t?r. Ölçe?in kullan?m? ve izinleri için sorumlu yazar **I??l Tekin** ile do?rudan ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Ticari veya ara?t?rma amaçl? kullan?m ?artlar?, yazar?n kurumunun ve telif haklar?n?n

ARABPSYCHOLOGY.COM

politikalar?na ba?l?d?r.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: The original PDF can be downloaded here: savunmaci-kotumserlik-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

Tekin, I. (2018). *Savunmac? kötümserli?in akademik ba?ar?, bili?sel esneklik, kayg? ve ki?ilik aç?s?ndan incelenmesi* . Marmara Üniversitesi, ?stanbul.

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek maddeleri, kaynak içerikte aç?kça belirtilmedi?i için bu bölümde sunulamamaktad?r. Maddelerin tam listesi, ölçe?in uyarlama çal??mas?n? içeren Tekin (2018) doktora tezinden temin edilebilir.

ARABPSYCHOLOGY.COM