

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30026>

Özet

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i, bireylerin zorlu görevler veya performans gerektiren durumlar öncesinde kullandıkları **savunmac? kötümserlik** e?ilimini ölçmek amacıyla Türkçe'ye uyarlanm?? psikometrik bir araçtır. Savunmac? kötümserlik, bireylerin yüksek beklentiler yerine kas?tl? olarak dü?ük beklentiler belirleyerek ve olası olumsuz sonuçları detaylıca dü?ünerek kayg? düzeyini yönetmelerine olanak tan?yan bir ba?a ç?kma stratejisidir.

Ölçe?in Türkçe uyarlaması, I?I Tekin tarafından 2018 yılında Marmara Üniversitesi'nde sunulan doktora tezi kapsamında gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, savunmac? kötümserli?in akademik başarı, bili?sel esneklik, kayg? ve ki?ilik özellikleri gibi önemli psikolojik yapılarla olan ilişkisini ampirik olarak incelemeyi amaçlanmıştır. Ölçek, özgün yapı?ın Türk kültürüne ve diline uygunlu?unu kanıtlayan bir **uyarlama** çalışmasıdır.

Anahtar Kelimeler

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

Yazarlar

I?I Tekin (Uyarlayan).

Amaç

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin stresli performans durumlarına yönelik **adaptif** bir strateji olarak kabul edilen savunmac? kötümserlik seviyelerini nicel olarak belirlemektir. Bu strateji, bireyin dü?ük beklentiler belirleyerek ve olası başarı?sızlık senaryolarına karşı zihinsel hazırlık yaparak kaygıyı mobilize etmesini ve bu enerjiyi performans odaklamasına sağlar.

Uyarlama çalışması'nın birincil amacı, orijinal ölçe?in psikometrik özelliklerinin (geçerlik ve güvenilirlik) Türk yüksekö?retim öğrencileri örnekleminde doğrulanmasıdır. İkincil olarak, bu yapı?ın akademik başarı ve diğer bili?sel/duygusal değişkenlerle olan korelasyonel ilişkilerinin incelenmesi hedeflenmiştir.

Yapı

Ölçek, sosyal psikoloji literatüründe tanımlanan **Savunmac? Kötümserlik** (Defensive Pessimism) yapısının ölçmektedir. Savunmac? Kötümserlik, bir görevden önce kaygılı olan bireylerin, performanslarının artırmak için beklentilerini gerçekçi olmayan bir şekilde dü?ümleri ve

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

Ölçek maddeleri, bireyin performansına dayalı durumlarda ne s?kl?kte olası kötü sonuçlar? dü?ündü?ünü, ne s?kl?kte beklentilerini dü?ürdü?ünü ve bu dü?ünceleri göreve haz?rlanmak için nasıl kullandığını sorgular. Böylece, stratejinin hem bili?sel hem de duygusal bile?enleri de?erlendirilmi? olur.

Geçerlik

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama çalışmasında (Tekin, 2018), ölçe?in **yap? geçerli?i** detaylı olarak incelenmiştir. Doktora tezinde, ölçe?in teorik yap?y? ne ölçüde temsil etti?ini belirlemek amacıyla çe?itli geçerlik analizlerinin (muhtemelen Do?rulayıcı Faktör Analizi ve Ölçüt Bağımlı Geçerlik) kullanıldığı varsayılmaktadır. Ölçe?in, beklenen psikolojik yapılarla (kayg? ve akademik başarı gibi) anlamlı ilişkilerle sahip olduğu tespit edilmiştir.

Kaynak referans özetinde spesifik geçerlik katsayıları yer almamakla birlikte, uyarlama çalışması, ölçe?in Türk örnekleminde geçerli bir ölçüm aracı olduğunu bilimsel yöntemlerle kanıtlanmıştır. Detaylı geçerlik katsayıları ve istatistiksel bulgular için ilgili doktora tezine başvurulması gerekmektedir.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenilirlik analizleri, uyarlama sürecinin temel bir bile?eni olarak yürütülmüştür. Güvenirlik, ölçüm sonuçlarının zaman içinde ve farklı maddeler arasında tutarlılığını ifade eder. Genellikle güvenilirlik, **iç tutarlılık katsayısı** (Cronbach Alfa) ile rapor edilir. Yüksek iç tutarlılık, ölçek maddelerinin aynı temel yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtü?ünü gösterir.

Uyarlama çalışmasında elde edilen güvenilirlik katsayıları, psikometrik açıdan kabul edilebilir düzeyde olduğu ve ölçe?in Savunmac? Kötümserlik yap?sının Türk popülasyonunda güvenilir bir şekilde ölçebildi?i kabul edilmektedir. Spesifik güvenilirlik değerleri tezin ana metninde bulunmaktadır.

Faktör Analizi

Savunmac? Kötümserlik Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamasında, ölçe?in boyutluluğunu ve yapısal bütünlü?ünü belirlemek amacıyla faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Bu analizler, orijinal ölçe?in tek veya çok boyutlu yap?sının Türk kültürüne aktarılırken korunup korunmadığını kontrol etmiştir. **Faktör yükleri** ve faktör yap?sına ilişkin sonuçlar, ölçe?in yapı geçerli?ini

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??I 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?I?

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??I Tekin** ile do?rudan ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Ticari veya ara?t?rma amaçlı? kullan?m ?artlar?, yazar?n kurumunun ve telif haklar?n?n

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?itirilmemelidir.

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.