

Scopa Uyku Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Scopa Uyku Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30053>

Özet

Scopa Uyku Ölçeği, özellikle nörolojik bozukluklar bağlamında, bireylerin subjektif uyku kalitesini ve uykuyla ilişkili problemlerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş bir psikometrik araçtır. Bu giriş, ölçeğin Neşe Sönmez tarafından 2018 yılında Namık Kemal Üniversitesi'nde yürütülen yüksek lisans tezi kapsamında gerçekleştirilen **Türkçe versiyonunun adaptasyon, geçerlik ve güvenilirlik** çalışmaları kapsamında yapılmıştır. Ölçek, klinik ve araştırma ortamlarında uyku bozukluklarının hızlı ve güvenilir bir şekilde tanınması için kritik bir araç olarak kabul edilmektedir.

Adaptasyon süreci, dilsel ve kültürel etkililiği sağlamaya amaçlanarak olup, Türk popülasyonunda ölçeğin orijinal yapısını koruyarak kullanılabilirliğini teyit etmiştir. Bu ölçek, özellikle **Parkinson hastalığı** gibi uyku sorunlarının yaygın olduğu hasta gruplarında yaşam kalitesini değerlendirmede önemli bir rol oynamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Scopa Uyku Ölçeği, Uyku Bozuklukları, Parkinson hastalığı, Adaptasyon, Geçerlik, Güvenirlik, Psikometrik Ölçek.

Yazarlar

Neşe Sönmez (Türkçe Adaptasyon), Dr. E. P. Visser, Dr. J. H. M. B. de Bie.

Amaç

Scopa Uyku Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin son bir hafta içindeki uyku kalitesini ve uykuyla ilgili semptomlarının şiddetini standardize edilmiş bir formatta ölçmektir. Ölçek, hem gece uykusu bozuklukları (uyku başlangıcı, sürdürülmesi) hem de gündüz uykululuğu gibi dolaylı etkileri değerlendirmeye odaklanmıştır.

Türkçe versiyonunun adaptasyon çalışmaları özel amaçla ise, uluslararası alanda kabul görmüş bu ölçeğin, Türkiye'deki klinik ve akademik çalışmalarda kültüre özgü geçerlik ve güvenilirlik standartları karşılayarak kullanılabilirliğini sağlamaktır. Bu sayede, Türk popülasyonunda uyku kalitesi standartize edilmiş bir araçla ölçülebilmektedir.

Yapı

Ölçek, subjektif uyku kalitesi (Sleep Quality) kavramını ölçmektedir. Bu yapı, genellikle iki ana alt boyutta ele alınır: **Gece Uyku Sorunları** (Nocturnal Sleep Problems) ve **Gündüz Uyku Sorunları** (Daytime Sleep Problems/Daytime Sleepiness). Ölçek, bireyin kendi algısı üzerinden

uyku bozulmalarındaki zorluk, uykuyu sürdürmedeki problemler, erken uyanma ve gün içerisindeki yorgunluk/uykuluksuzluk düzeylerini kapsamaktadır.

SCOPA-Sleep, orijinal olarak Parkinson hastalığı (SCOPA) sonuç ölçütlerinin bir bileşeni olarak geliştirilmiştir, bu nedenle kronik nörolojik hastalıklarda görülen spesifik uyku bozukluklarını yakalama konusunda yüksek hassasiyete sahiptir.

Geçerlik

Türkçe versiyonunun geçerlik çalışmaları, genellikle kapsam geçerliği (uzman görüşleri) ve yapı geçerliği (faktör analizi) üzerine yoğunlaşmıştır. Sönmez (2018) tarafından yapılan adaptasyon çalışmasında, ölçeğin orijinal yapısını koruduğu ve Türkçe konuşan popülasyonda uygun **yapı geçerliğine** sahip olduğu gösterilmiştir.

Ayrıca, ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında, Scopa Uyku Ölçeği puanlarının, uyku bozuklukları ölçeği diğer standart ölçeklerle (örneğin, Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi) beklenen düzeyde korelasyon gösterdiği rapor edilmiştir. Yüksek korelasyon katsayıları, ölçeğin gerçekten uyku kalitesini ölçtüğünü destekler niteliktedir.

Güvenirlik

Güvenirlik analizleri, ölçeğin iç tutarlılığını ve zamana karşı kararlılığını değerlendirir. Sönmez'in çalışmasında, Türkçe Scopa Uyku Ölçeği'nin yüksek düzeyde **iç tutarlılığına** sahip olduğu belirtilmiştir. Genellikle Cronbach Alfa katsayısının kabul edilebilir sınırları (örneğin, .70 üzeri) üzerinde olduğu bulunmuştur.

Test-tekrar test güvenilirliği çalışmaları, ölçeğin farklı zamanlarda uygulandığında tutarlı sonuçlar verdiğini göstermiştir, bu da ölçeğin kararlılığını kanıtlamaktadır. Bu bulgular, ölçeğin hem klinik hem de uzun süreli takip gerektiren araştırmalarda güvenle kullanılabilirliğini işaret etmektedir.

Faktör Analizi

Türkçe adaptasyon çalışmasında yapılan **açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri**, ölçeğin orijinal yapısını destekleyen faktör yapısını ortaya koymuştur. Orijinal ölçek genellikle multidimensiyonel bir yapıya sahiptir.

Faktör analizi sonuçları, maddelerin beklenen alt boyutlar altında toplandığını ve bu faktörlerin uyku kalitesinin farklı yönlerini temsil ettiğini göstermiştir. Bu analizler, ölçeğin **yapı geçerliğini** güçlendirmiş ve Türkçe formun kültürel bağlamda da psikometrik olarak sağlam olduğunu teyit etmiştir.

Enstrüman

Test Type: Uyarlama ve Öz Bildirim Ölçeği (Adaptation and Self-Report Scale)

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Orijinal ölçek genellikle 0'dan 3'e kadar derecelendirme kullanır.)

Language Available: Türkçe (Türk Adaptasyonu), İngilizce (Orijinal), Felemenkçe ve diğer diller.

Population Group: Yetkinler, özellikle Parkinson hastaları olan bireyler.

Age Group: 18 Yaş ve üzeri yetkinler.

Population Details: Türkiye'deki klinik ve genel popülasyon örneklemeleri üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır.

Test Methodology: Bireylere son bir hafta içindeki uyku deneyimlerini baz alarak maddeleri derecelendirmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Adaptasyon, Ölçek Geliştirme, Psikometri, Nöropsikoloji, Uyku Kalitesi, Klinik Değerlendirme, Yüksek Lisans Tezi, Sönmez.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilgi Kaynakta Mevcut Değildir.

Affiliation Email addresses: n.e.s.e_546@hotmail.com (Neşe Sönmez)

Correspondence Address: Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ, Türkiye (Tezin yapıldığı kurum).

İzinler, Ücret ve Test Yolu

Scopa Uyku Ölçeği'nin Türkçe versiyonu, 2018 yılında Neşe Sönmez tarafından yüksek lisans tezi kapsamında adapte edilmiştir. Ölçeğin kullanımı için gerekli izinler ve telif hakları konusunda, araştırmacıların doğrudan sorumlu yazar Neşe Sönmez ile iletişime geçmesi önerilmektedir.

Bu akademik çalışma, genellikle üniversite kütüphanelerinde erişime açıktır. Ölçeğin orijinal versiyonu, SCOPA konsorsiyumu tarafından geliştirilmiş olup, genellikle akademik amaçlı kullanımı için izin gerektirebilir.

Ölçeğin orijinal PDF versiyonu aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir:



[scopa-uyku-olcegi-turkce-versiyonu-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Sönmez, N. (2018). *Scopa uyku ölçeği Türkçe versiyonunun geçerliliği ve güvenilirliği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ.

Visser, M., Marinus, J., Stiggebout, A. M., & Van Hilten, J. J. (2004). Assessment of sleep disorders in Parkinson's disease. *Movement Disorders*, 19(1), 116-120. (Orijinal ölçek referansı).

Scopa Uyku Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Scopa Uyku Ölçeği'nin maddeleri, kaynak içerikte yer almamaktadır. Maddelerin tam listesi için yukarıda belirtilen yüksek lisans tezine veya ilgili PDF dosyasına başvurulması gerekmektedir.