

Stresle Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Stresle Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31198>

Özet

Stresle Ba?aa Ç?kma Stratejileri Ölçe?i, 2005 y?l?nda K. Bahar-Ayd?n taraf?ndan doktora tezi kapsam?nda psikolojik ölçek geli?tirme yöntemiyle olu?turulmu? bir araçtır. Bu ölçek, özellikle ergen popülasyonunun stresli durumlarla kar??la?t?klar?nda kulland?klar? çe?itli stresle ba?aa ç?kma yöntemlerini ve stratejilerini belirlemek amacıyla tasarlanm??tır. Ölçe?in geli?tirilmesi, Mihaly Csikszentmihalyi'nin Ak?? Kuram?na dayal? bir grup program?n?n etkisini ölçmek üzere yap?lm??tır. Bu ba?lamda, ölçek hem temel ara?tırma araç? olarak hem de uygulanan müdahale programlar?n?n etkinli?ini de?erlendirmede kritik bir rol üstlenmiştir.

Anahtar Kelimeler

Stresle ba?aa ç?kma, ergen, psikolojik ölçek, Ak?? Kuram?, stres yönetimi, doktora tezi, psikometri.

Yazarlar

K. Bahar-Ayd?n

Amaç

Ölçe?in temel amacı, ergen bireylerin ya?ad?klar? zorlayıcı ve stresli durumlar kar??s?nda sergiledikleri bilişsel ve davranışsal stratejileri sistematik bir şekilde ölçmektir. Geliştirme çalışması, özel olarak Ak?? Kuram? prensiplerine dayal? bir grup program?n?n, ergenlerin stresle ba?aa ç?kma stratejileri üzerindeki potansiyel etkilerini de?erlendirmek için bir ölçüm araç? sa?lamayı hedeflemiştir. Bu, program?n ba?ar?s?n? ve katılımcılar?n adaptif veya maladaptif ba?aa ç?kma yöntemlerindeki de?işimleri belirlemek için hayati öneme sahiptir.

Yapı

Stresle Ba?aa Ç?kma Stratejileri Ölçe?i, bireyin kar??la?tı?? stresi azaltmak, yönetmek veya katlanmak için kullandı?? bilişsel ve davranışsal çabalar olan stresle ba?aa ç?kma yapılar?nı ölçmektedir. Geleneksel ba?aa ç?kma modellerinde oldu?u gibi, bu ölçe?in de farklı alt boyutlar içermesi beklenmektedir (örneğin, problem odaklı ba?aa ç?kma, duygu odaklı ba?aa ç?kma veya kaçınma stratejileri). Ölçek, Ak?? Kuram? ba?lam?nda geli?tirildi?i için, muhtemelen stresle ba?aa ç?kmada aktif katılım, odaklanmay? ve içsel motivasyonu vurgulayan stratejilere özel bir ağırlık vermektedir.

Geçerlik

Ölçe?in geçerlik çalışmaları, bir doktora tezi kapsam?nda gerçekleştirilmiştir. Geçerlik, ölçe?in gerçekten ölçmeyi amaçladığı psikolojik yapıyı ne derece doğru ölçtü?ünü gösterir. Tez

çal??mas?nda, muhtemelen yap? geçerli?i (faktör analizi yoluyla) ve kriter geçerli?i (di?er ilgili stres veya ba?a ç?kma ölçekleriyle korelasyon) yöntemleri kullan?lm??t?r. Ancak, bu akademik kay?tta sunulan özetle spesifik geçerlik katsay?lar? veya yöntemleri belirtilmemi?tir. Detayl? geçerlik analizleri için, Ankara Üniversitesi E?itim Bilimleri Enstitüsü'nde sunulan orijinal doktora tezi incelenmelidir.

Güvenirlik

Güvenirlik, ölçe?in ölçümlerde tutarlılık ve istikrar sa?lamas?n? ifade eder. Geli?tirme a?amas?nda, ölçe?in iç tutarlılı??n? (Cronbach Alfa katsay?s?) ve muhtemelen test-tekrar test güvenilirli?ini belirlemek için çal??malar yap?lm??t?r. Verilen kaynak bilgisi içerisinde bu spesifik güvenilirlik katsay?lar?na dair rakamsal bir bilgi yer almamaktadır. Ölçe?in güvenilirli?i ile ilgili ayr?ntılı istatistiksel raporlar, Bahar-Ayd?n'n?n 2005 tarihli tez çal??mas?nda mevcuttur.

Faktör Analizi

Yeni geli?tirilen bir ölçek oldu?u için, Stresle Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i'nin yap?s?sal geçerli?ini test etmek amacıyla faktör analizi tekniklerinin kullan?ldı??? varsay?lmaktadır. Bu analizler, ölçek maddelerinin kaç farklı alt boyutta toplandı??n? ve bu alt boyutlar?n teorik yapı? ne kadar iyi yansıttı??n? ortaya koyar. Faktör analizi sonuçlar?, Ak?? Kuram? ile ilişkili ba?a ç?kma stratejilerinin ayr???p ayr???madı??? hakkında önemli bilgiler sunmaktadır.

Araç

Test Türü: Geli?tirme (Özgün bir ölçek geli?tirme çal??masıdır.)

Format: Derecelendirme format? (Orijinal kaynakta derecelendirme bilgisi bo? bırakılmı?? olsa da, psikolojik ölçeklerin genellikle Likert tipi bir derecelendirme format? kullandı??? varsay?lmaktadır.)

Kullanılabilir Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Ergenler

Ya? Grubu: Genellikle 12-18 ya? aralı??? (Doktora tezinin örneklemine ba?lıdır.)

Popülasyon Detaylar?: Ankara ilindeki ortaö?retim kurumlarında öğrenim gören ergenler.

Test Metodolojisi: Öz bildirim ölçe?i (Self-report scale).

Anahtar Kelimeler

Stres, ba?a ç?kma stratejileri, Ak?? Kuram?, psikometrik özellikler, ergen psikolojisi, ölçek geli?tirme, [Ankara Üniversitesi](#).

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?: Bilinmiyor

Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri: Bilinmiyor

Yaz??ma Adresi: Ankara Üniversitesi E?itim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, akademik bir doktora tezi kapsam?nda geli?tirildi?i için, ticari kullan?m? için telif hakk? ve izinler genellikle yazar?n kendisine veya tez dan??man?na aittir. Akademik ara?t?rmalarda kullan?m? için genellikle yazar?n izni gerekmektedir. Testin geli?tirildi?i y?l **2005**'tir.

Kaynaklar

Bahar- Ayd?n, K. (2005). *Ak?? kuram?na dayal? stresle ba?a ç?kma grup program?n?n ergenlerin stresle ba?a ç?kma stratejilerine etkisi* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi E?itim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tez Özeti ve Eri?im Ba?lant?s?: tez.yok.gov.tr

Ölçe?in orijinal PDF dosyas?na a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir: [stresle-basa-cikma-stratejileri-olcegi-toad.pdf](#)

Stresle Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir. Ölçek maddeleri, sa?lanan kaynak içerikte mevcut de?ildir.

Ölçe?in maddeleri, sa?lanan kaynak bilgisi içinde yer almamaktad?r. Detayl? madde listesi için orijinal doktora tezine ba?vurulmas? gerekmektedir.