Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri K?sa Formu (SDBÇE-21)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri K?sa Formu (SDBÇE-21)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31209

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri K?sa Formu (SDBÇE-21), bireylerin stresli olaylar kar??s?nda kulland?klar? farkl? ba?a ç?kma stratejilerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? psikometrik bir araçt?r. Bu envanter, orijinal Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri'nin (CISS) k?salt?lm?? ve Türkçe popülasyonuna uyarlanm?? versiyonudur. Ölçek, üç temel boyutta bireylerin e?ilimlerini de?erlendirir: **Çözüme Dönük Ba?a Ç?kma**, **Duygusal Ba?a Ç?kma** ve **Kaç?nmac? Ba?a Ç?kma**. Boysan (2012) taraf?ndan gerçekle?tirilen uyarlama çal??mas?, ölçe?in klinik d??? Türk örnekleminde orijinal üç faktörlü yap?s?n?n geçerlili?ini ve yüksek düzeyde iç tutarl?l???n? kan?tlam??t?r.

SDBÇE-21, psikoloji ve nöroloji bilimleri alan?nda, özellikle stres yönetimi, ki?ilik özellikleri ve psikopatoloji ara?t?rmalar?nda yayg?n olarak kullan?lmaktad?r. K?sa form olmas?, hem klinik hem de ara?t?rma ortamlar?nda h?zl? ve etkin veri toplamaya olanak tan?maktad?r.

Anahtar Kelimeler

Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri, SDBÇE-21, Ba?a Ç?kma Stratejileri, Duygusal Ba?a Ç?kma, Çözüme Dönük Ba?a Ç?kma, Kaç?nmac? Ba?a Ç?kma, Psikometri, Do?rulay?c? Faktör Analizi, Geçerlik, Güvenilirlik.

Yazarlar

Adaptasyon Yazar?: Boysan, M.

Amaç

Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri K?sa Formu'nun (SDBÇE-21) temel amac?, bireylerin günlük ya?amda kar??la?t?klar? stres verici olaylara verdikleri tepkileri sistematik bir ?ekilde de?erlendirmektir. Ölçek, özellikle bireyin stresle ba?a ç?karken hangi stratejilere (problem çözme odakl?, duygu odakl? veya kaç?nma odakl?) daha fazla yöneldi?ini belirlemeyi hedefler.

Bu uyarlama çal??mas?n?n özel amac? ise, orijinal ölçe?in psikometrik özelliklerinin Türk kültürü ve klinik d??? örneklemine uygunlu?unu s?namak ve geçerli, güvenilir bir k?sa form olu?turmakt?r. K?sa form, ara?t?rmac?lara ve klinisyenlere zaman tasarrufu sa?layarak, ba?a ç?kma mekanizmalar?n? h?zl?ca ölçme imkan? sunar.

Yap?

SDBÇE-21, bireylerin stresle ba?a ç?kma stillerini ölçen üç boyutlu bir psikolojik yap? üzerine

ARABPSYCHOLOGY.COM

kurulmu?tur. Bu üç faktör, stres kar??s?nda gösterilen davran??sal ve bili?sel tepkilerin ana kategorilerini temsil eder.

Çözüme Dönük Ba?a Ç?kma: Stres kayna??n? do?rudan ele almay?, durumu de?i?tirmeye veya çözmeye yönelik aktif ad?mlar atmay? içerir.

Duygusal Ba?a Ç?kma: Stresin yol açt??? olumsuz duygusal sonuçlara odaklanmay?, bu duygular? azaltmay? veya ifade etmeyi amaçlayan stratejileri kapsar (örn., öfke, hayal k?r?kl???).

Kaç?nmac? Ba?a Ç?kma: Stresli durumdan uzakla?may?, konuyu göz ard? etmeyi veya dikkat da??t?c? aktivitelere yönelmeyi içeren pasif veya dolayl? stratejilerdir.

Geçerlik

SDBÇE-21'in Türk örnekleminde yap?sal **geçerlik** analizi, Boysan (2012) taraf?ndan Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?larak gerçekle?tirilmi?tir. DFA sonuçlar?, ölçe?in orijinal üç faktörlü yap?s?n?n Türk popülasyonunda da geçerli oldu?unu göstermi?tir. Elde edilen uyum indeksleri, modelin veri ile iyi bir uyum sergiledi?ini i?aret etmektedir.

Ba?l?ca uyum indeksleri ?unlard?r: Hatan?n Ortalama Karesinin Yak?nl??? (RMSEA) 0.07; Kar??la?t?rmal? Uyum Endeksi (CFI) 0.91; Artan Uyum ?ndeksi (IFI) 0.91; Normla?t?r?lmam?? Uyum Endeksi (NNFI) 0.90; ve Standardize Edilmi? Art?klar?n Ortalamalar?n?n Karesi (SMRS) 0.08. Bu de?erler, psikometrik standartlara göre kabul edilebilir düzeydedir. Ayr?ca, ölçüt ba??nt?l? geçerlik ba?lam?nda, pozitif duygulan?m?n çözüme dönük ba?a ç?kma (r= 0.36) ile ve negatif duygulan?m?n duygusal ba?a ç?kma (r= 0.44) ile orta düzeyde ili?kili oldu?u saptanm??t?r.

Güvenilirlik

Envanterin **güvenilirlik** düzeyi, iç tutarl?l?k (Cronbach Alfa) ve 15 günlük test-tekrar test korelasyonlar? ile de?erlendirilmi?tir. ?ç tutarl?l?k katsay?lar?, alt ölçeklerin yeterli düzeyde homojen oldu?unu göstermektedir.

Alt ölçekler için hesaplanan iç tutarl?l?k (α) de?erleri ?öyledir:

Çözüme Dönük Ba?a Ç?kma: $\alpha = 0.72$
Duygusal Ba?a Ç?kma: $\alpha = 0.77$
Kaç?nmac? Ba?a Ç?kma: $\alpha = 0.74$

15 günlük aral?klarla uygulanan test-tekrar test korelasyonlar? da ölçe?in zamana kar?? kararl?l???n? desteklemektedir: Çözüme Dönük Ba?a Ç?kma için r= 0.79, Duygusal Ba?a Ç?kma için r= 0.75 ve Kaç?nmac? Ba?a Ç?kma için r= 0.66 olarak bulunmu?tur. Bu korelasyonlar, ölçe?in

ARABPSYCHOLOGY.COM

tutarl? sonuçlar üretti?ini kan?tlamaktad?r.

Faktör Analizi

SDBÇE-21'in yap?sal geçerlili?i, orijinal ölçe?in teorik yap?s?n? test etmek amac?yla **Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA)** kullan?larak incelenmi?tir. DFA, ölçe?in üç faktörlü yap?s?n? (Çözüme Dönük, Duygusal ve Kaç?nmac? Ba?a Ç?kma) do?rulam??t?r.

Analiz sonuçlar?, üç faktörlü modelin kabul edilebilir uyum indeksleri sundu?unu göstermi?tir (RMSEA= 0.07, CFI= 0.91). Bu bulgular, 21 maddenin her birinin beklendi?i gibi kendi alt faktörüne yüklendi?ini ve ölçe?in Türk örnekleminde yap?sal bütünlü?ünü korudu?unu teyit etmektedir. Bu yap?, bireyin stres kar??s?ndaki tepkilerini üç temel ve birbirinden ayr??an strateji ba?lam?nda incelemesi aç?s?ndan önemlidir.

Araç Bilgileri

Test Çe?idi: Uyarlama (Adaptation)

Format: Öz Bildirim Envanteri (Self-Report Inventory)

Derecelendirme: 5'li **Likert Ölçe?i** (1= hiçbir zaman - 5= her zaman)

Maddeler: 21 Madde

Diller: Türkçe (Uyarlama Dili)

Popülasyon Grubu: Klinik d??? Türk örneklemi

Ya? Grubu: Yeti?kinler

Popülasyon Detaylar?: Boysan (2012) çal??mas?, üniversite ö?rencileri ve genel toplumdan olu?an klinik d??? yeti?kin bireyler üzerinde yap?lm??t?r.

Test Metodolojisi: Psikometrik ölçüm, bireylerin stresli durumlarla kar??la?t?klar?nda ne s?kl?kla belirli ba?a ç?kma davran??lar?n? sergilediklerini de?erlendirmeye dayan?r.

Anahtar Kelimeler

Stres Yönetimi, Psikolojik Yap?, Likert Ölçe?i, Cronbach Alfa, Test-Tekrar Test Güvenilirli?i, Adaptasyon, Psikopatoloji, DFA, Türk Örneklemi.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Yazarlar

Adaptasyon Yazar?: Boysan, M.

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Bilinmiyor

Kurum E-posta Adresleri: Bilinmiyor

Yaz??ma Adresi: Makale referanslar?ndan takip edilebilir.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l? (Uyarlama): 2012

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari kullan?m?, telif hakk? ve izin ko?ullar? orijinal yazar (Boysan) ve yay?nc? taraf?ndan belirlenmektedir. Akademik kullan?m için genellikle referans gösterilmesi yeterlidir.

Makalenin tam metnine a?a??daki ba?lant?lar arac?l???yla eri?ilebilir. Orijinal PDF dosyas? burada yer almaktad?r: stresli-durumlarla-basa-cikma-envanteri-kisa-formunun-sdbce-21-toad.pdf.

Referanslar

Boysan, M. (2012). Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri K?sa Formu'nun (SDBÇE-21) Klinik d??? Türk örnekleminde geçerlili?i. *Düsünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, *25*(2), 101-107.

Makale Linki: journaldatabase.info

Stresli Durumlarla Ba?a Ç?kma Envanteri K?sa Formu (SDBÇE-21) Maddeleri

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

Çözüme dönük ba?a ç?kma
Duygusal ba?a ç?kma
Kaç?nmac? ba?a ç?kma

ARABPSYCHOLOGY.COM