Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31788

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu, bireylerin ya?ad??? tükenmi?lik düzeyini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik arac?n Türkçe'ye uyarlanm?? k?sa formudur. Bu uyarlama çal??mas?, Songül Tümkaya, Sabahattin Ç. A. M. ve ?. Çavu?o?lu (2009) taraf?ndan gerçekle?tirilmi?tir. Çal??ma, ölçe?in Türkiye örnekleminde güçlü yap?sal geçerlik ve yüksek güvenirlik özelliklerine sahip oldu?unu göstermi?tir.

Ölçek, tek boyutlu bir yap?y? temsil etmekte olup, toplam varyans?n % 55.92'sini aç?klamaktad?r. Ölçe?in derecelendirmesi 7 puanl? bir Likert Ölçe?i format?nda yap?lmakta olup, özellikle depresyon, anksiyete ve stres gibi olumsuz psikolojik durumlarla anlaml? ve pozitif korelasyonlar sergilemektedir.

Anahtar Kelimeler

Tükenmi?lik, Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu, psikometri, geçerlik, güvenirlik, uyarlama, Temel Bile?enler Analizi, stres.

Yazarlar

Songül Tümkaya, Sabahattin Ç. A. M., ?. Çavu?o?lu

Amaç

Ölçe?in temel amac?, bireylerin ya?ad??? genel tükenmi?lik seviyesini h?zl? ve etkin bir ?ekilde de?erlendirmektir. K?sa versiyon, orijinal uzun versiyonlara k?yasla daha az madde içererek, özellikle geni? örneklemlerde veya zaman k?s?tl? ortamlarda pratik bir ölçüm arac? sunmay? hedeflemektedir.

Tümkaya ve arkada?lar? (2009) taraf?ndan yap?lan uyarlama çal??mas?n?n özel amac?, bu k?sa formun Türk kültürüne ve diline uygunlu?unu s?namak, psikometrik aç?dan kabul edilebilir düzeyde geçerlik ve güvenirlik kan?tlar?yla destekleyerek Türkçe psikoloji literatürüne kazand?rmakt?r.

Yap?

Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu, genel olarak bireyin kronik stres ve duygusal yüklenme sonucu ya?ad??? fiziksel, duygusal ve zihinsel yorgunluk durumunu ölçen tek boyutlu bir psikolojik yap?y? hedeflemektedir. Bu yap?, genellikle i? veya e?itim ortamlar?nda ortaya ç?kan sürekli enerji kayb? ve motivasyon dü?üklü?ü olarak tan?mlan?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Yap?lan faktör analizleri, ölçe?in maddelerinin tek bir temel faktör alt?nda topland???n? göstermi? olup, bu da tükenmi?li?in bütünle?ik bir ölçümü olarak kullan?labilece?ini desteklemektedir.

Geçerlik

Ölçe?in yap? geçerli?i, **Temel Bile?enler Analizi** (Principal Component Analysis - PCA) ile incelenmi?tir. Analiz sonucunda, maddelerin öz de?eri 1.00'dan büyük olan tek bir faktörde topland??? görülmü?tür.

Ölçüt geçerli?i (criterion validity) analizleri, ölçe?in di?er ilgili psikolojik yap?larla beklenen ili?kileri sergiledi?ini ortaya koymu?tur ($p < .01$). Korelasyon de?erleri ?unlard?r:

Ya?am Doyumu Ölçe?i ile: **-.48** (Negatif ili?ki, beklenen yönde)
Depresyon puanlar?yla: **.73** (Pozitif ve güçlü ili?ki)
Anksiyete puanlar?yla: **.70** (Pozitif ve güçlü ili?ki)
Stres puanlar?yla: **.70** (Pozitif ve güçlü ili?ki)

Bu korelasyon sonuçlar?, Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu'nun hem olumlu hem de olumsuz psikolojik durumlar ba?lam?nda yüksek ölçüt geçerli?ine sahip oldu?unu göstermektedir.

Güvenirlik

Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu'nun iç tutarl?l?k (güvenirli?i) katsay?lar?, ölçe?in maddeleri aras?ndaki yüksek uyumu göstermektedir. ?ç tutarl?k katsay?lar? **.85** ile **.92** aras?nda de?i?mektedir. Bu de?erler, ölçe?in son derece güvenilir oldu?unu i?aret etmektedir.

Zaman içinde ölçüm kararl?l???n? de?erlendirmek amac?yla ö?renci grubunda üç ay ara ile uygulanan test-tekrar test katsay?s? ise **.74** olarak hesaplanm??t?r. Bu katsay?, ölçe?in zamana kar?? istikrarl? ölçümler sa?lad???n? teyit etmektedir.

Faktör Analizi

Ölçe?in yap? geçerli?ini incelemek üzere uygulanan **Temel Bile?enler Analizi** (Principal Component Analysis) sonuçlar?, ölçe?in tek faktörlü yap?s?n? desteklemi?tir. Bu tek faktör, toplam varyans?n **% 55.92**'sini aç?klamaktad?r ve öz de?eri (Eigenvalue) **5.59**'dur.

Maddelerin faktör yükleri geni? bir aral?kta (**.54** ile **.87** aras?nda) de?i?mekle birlikte, tüm maddelerin temel yap?ya güçlü bir ?ekilde katk?da bulundu?unu göstermektedir. Ayr?ca, maddelerin toplam ölçek puan?yla olan korelasyon de?erleri de **.46** ile **.81** aras?nda yüksek düzeyde bulunmu?tur.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: 7'li Likert tipi derecelendirme ölçe?i.

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Ö?renci ve Genel Yeti?kin Popülasyonu.

Age Group: Genellikle ergenlik sonras? ve yeti?kinlik dönemi.

Population Details: Uyarlama çal??mas?, üniversite ö?rencileri üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale). Ölçek maddeleri **"1 hiçbir zaman"** ve **"7 her zaman"** biçiminde puanlanmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Tükenmi?lik sendromu, psikolojik de?erlendirme, ölçek uyarlama, faktör yükleri, iç tutarl?l?k, test-tekrar test, öz bildirim.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Songül Tümkaya

Di?er Yazarlar: Sabahattin Ç. A. M., ?. Çavu?o?lu

Author ORCID Identifier: Sa?lanmam??t?r.

Affiliation Email addresses: stumkaya@cu.edu.tr (Songül Tümkaya)

Correspondence Address: Sa?lanmam??t?r (Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü ile ili?kilidir).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2009 (Uyarlama çal??mas?n?n yay?n y?l?).

?zinler ve Ücret: Ölçe?in kullan?m? veya ticari amaçlarla ço?alt?lmas? için sorumlu yazar Songül Tümkaya ile do?rudan ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kaynaklar

Tümkaya, S., Sabahattin, Ç. A. M., ve Çavu?o?lu, ?. (2009). Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu'nun Türkçe'ye uyarlama geçerlik ve güvenirlik çal??mas?. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 18*(1), 387-398.

Makalenin orijinal ba?lant?s? burada bulunabilir: dergipark.gov.tr

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? buradan indirilebilir: tukenmislik-olcegi-kisa-versiyonu-toad.pdf

Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu Maddeleri

ÖNEML?: Ölçe?in maddeleri kaynak içerikte yer almamaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM