

Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Tükenmi?lik Ölçe?i K?sa Versiyonu*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31788>

Özet

Tükenmi?lik Ölçe?i Kısa Versiyonu, bireylerin ya?ad??? tükenmi?lik düzeyini ölçmek amacıyla geli?tirilm? bir psikometrik arac?n Türkçe'ye uyarlanm?? kısa formudur. Bu uyarlama çal??mas?, Songül Tümkaya, Sabahattin Ç. A. M. ve ?. Çavuo?lu (2009) tarafından gerçekleştirilmi?tir. Çal??ma, ölçe?in Türkiye örnekleminde güçlü yapısal geçerlik ve yüksek güvenirlik özelliklerine sahip oldu?unu göstermi?tir.

Ölçek, tek boyutlu bir yapıyı temsil etmekte olup, toplam varyans?n % 55.92'sini açıklamaktadır. Ölçe?in derecelendirmesi 7 puanlı bir Likert Ölçe?i format?nda yapılmakta olup, özellikle depresyon, anksiyete ve stres gibi olumsuz psikolojik durumlarla anlamlı ve pozitif korelasyonlar sergilemektedir.

Anahtar Kelimeler

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

Yazarlar

Songül Tümkaya, Sabahattin Ç. A. M., ?. Çavuo?lu

Amaç

Ölçe?in temel amacı, bireylerin ya?ad??? genel tükenmi?lik seviyesini hızlı ve etkin bir şekilde de?erlendirmektir. Kısa versiyon, orijinal uzun versiyonlara kıyasla daha az madde içererek, özellikle geni? örneklemelerde veya zaman kıstı? ortamlarda pratik bir ölçüm aracı sunmayı hedeflemektedir.

Tümkaya ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan uyarlama çal??mas?n?n özel amacı, bu kısa formun Türk kültürüne ve diline uygunlu?unu sağlamak, psikometrik açıdan kabul edilebilir düzeyde geçerlik ve güvenirlik kanıtlarıyla destekleyerek Türkçe psikoloji literatürüne kazandırmaktır.

Yapı

Tükenmi?lik Ölçe?i Kısa Versiyonu, genel olarak bireyin kronik stres ve duygusal yüklenme sonucu ya?ad??? fiziksel, duygusal ve zihinsel yorgunluk durumunu ölçen tek boyutlu bir psikolojik yapıyı hedeflemektedir. Bu yapı, genellikle iş veya eğitim ortamlar?nda ortaya çıkan sürekli enerji kaybı ve motivasyon düşüklü?ü olarak tanımlanır.

Yapılan faktör analizleri, ölçeğin maddelerinin tek bir temel faktör altında toplandığını göstermiş olup, bu da tükenmişliğin bütünlük bir ölçümü olarak kullanılabilmesini desteklemektedir.

Geçerlik

Ölçeğin yapı geçerliği, **Temel Bileşenler Analizi** (Principal Component Analysis - PCA) ile incelenmiştir. Analiz sonucunda, maddelerin öz değeri 1.00'dan büyük olan tek bir faktörde toplandığı görülmüştür.

Ölçüt geçerliği (criterion validity) analizleri, ölçeğin diğer ilgili psikolojik yapılarla beklenen ilişkileri sergilediğini ortaya koymuştur ($p < .01$). Korelasyon değerleri şunlardır:

Yaşam Doyumu Ölçeği ile: **-.48** (Negatif ilişki, beklenen yönde)

Depresyon puanlarıyla: **.73** (Pozitif ve güçlü ilişki)

Anksiyete puanlarıyla: **.70** (Pozitif ve güçlü ilişki)

Stres puanlarıyla: **.70** (Pozitif ve güçlü ilişki)

Bu korelasyon sonuçları, Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu'nun hem olumlu hem de olumsuz psikolojik durumlar bağlamında yüksek ölçüt geçerliğine sahip olduğunu göstermektedir.

Güvenirlilik

Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu'nun iç tutarlılık (güvenirliliği) katsayıları, ölçeğin maddeleri arasındaki yüksek uyumu göstermektedir. İç tutarlılık katsayıları **.85** ile **.92** arasında değişmektedir. Bu değerler, ölçeğin son derece güvenilir olduğunu işaret etmektedir.

Zaman içinde ölçüm kararlılığını değerlendirmek amacıyla öğrenci grubunda üç ay ara ile uygulanan test-tekrar test katsayısı ise **.74** olarak hesaplanmıştır. Bu katsayı, ölçeğin zamana karşı istikrarlı ölçümler sağladığını teyit etmektedir.

Faktör Analizi

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek üzere uygulanan **Temel Bileşenler Analizi** (Principal Component Analysis) sonuçları, ölçeğin tek faktörlü yapıya desteklenmiştir. Bu tek faktör, toplam varyansın % **55.92**'sini açıklamaktadır ve öz değeri (Eigenvalue) **5.59**'dur.

Maddelerin faktör yükleri geniş bir aralıkta (**.54** ile **.87** arasında) değişimle birlikte, tüm maddelerin temel yapıya güçlü bir şekilde katkıda bulunduğunu göstermektedir. Ayrıca, maddelerin toplam ölçek puanıyla olan korelasyon değerleri de **.46** ile **.81** arasında yüksek düzeyde bulunmuştur.

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 gerçekleştirilmi?tir.

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

Anahtar Kelimeler

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

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Songül Tümkaya

Di?er Yazarlar: Sabahattin Ç. A. M., ?. Çavuo?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?I?

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

?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.

Kaynaklar

Tümkiye, S., Sabahattin, Ç. A. M., ve Çavuşo?lu, ?. (2009). Tükenmi?lik Ölçe?i Kısa Versiyonu'nun Türkçe'ye uyarlama geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(1), 387-398.

Makalenin orijinal bağlantısı burada bulunabilir: dergipark.gov.tr

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

Tükenmi?lik Ölçe?i Kısa Versiyonu Maddeleri

ÖNEMLİ: Ölçe?in maddeleri kaynak içerikte yer almamaktadır.

ARABPSYCHOLOGY.COM