Umutsuzluk Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Umutsuzluk Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32094

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Umutsuzluk Ölçe?i, bireylerin gelece?e yönelik olumsuz beklentilerini ve bili?sel **umutsuzluk** düzeylerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu form, orijinal ölçe?in Türkçe'ye uyarlamas?d?r. Ölçek, genellikle depresyon ve intihar riski gibi psikopatolojik durumlar?n de?erlendirilmesinde kritik bir bile?en olarak kullan?l?r. Uyarlama çal??mas?, ölçe?in klinik ve kontrol gruplar? aras?nda anlaml? farkl?l?klar gösterdi?ini kan?tlayan güçlü **geçerlilik** ve yüksek iç tutarl?l?k (**Cronbach Alfa** = 0.86) de?erleri sunmaktad?r. Ölçek toplam 20 maddeden olu?maktad?r.

Anahtar Kelimeler

Umutsuzluk, Umutsuzluk Ölçe?i, psikometri, uyarlama, intihar riski, **güvenirlik**, geçerlilik, psikolojik de?erlendirme.

Yazarlar

Gülten Seber, N. Dilbaz, C. Kaptano?lu, D. Tekin.

Amaç

Umutsuzluk Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin gelece?e dair beklentilerini, hedeflerine ula?ma yeteneklerine olan inançlar?n? ve genel ya?am perspektiflerinin olumsuzlu?unu saptamakt?r. Bu ölçek, özellikle klinik popülasyonlarda intihar dü?üncesi ve riskinin de?erlendirilmesi aç?s?ndan önemli bir prediktif araç olarak kullan?lmaktad?r. Uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türk kültürü ve dili ba?lam?nda geçerli ve güvenilir bir ?ekilde kullan?labilece?ini göstermeyi amaçlam??t?r.

Yap? (Konstrukt)

Ölçek, psikolojideki **umutsuzluk** yap?s?n? ölçmektedir. Umutsuzluk, genellikle depresyonun bili?sel bir bile?eni olarak kabul edilir ve ki?inin gelecekteki olaylar üzerinde kontrol sahibi olmad???na dair kal?c? ve olumsuz beklentileri içerir. Bu bili?sel çarp?tmalar, bireyin motivasyonunu ve problem çözme yetene?ini ciddi ?ekilde etkileyerek, intihar davran??lar? için yüksek bir risk faktörü olu?turur.

Bu araç, bireyin kendini ne ölçüde çaresiz, de?ersiz veya s?k??m?? hissetti?ini, gelecekteki hedeflerinin ula??lamaz oldu?unu dü?ündü?ünü ve olumlu sonuçlar bekleme kapasitesinin azald???n? de?erlendirir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Geçerlilik

Umutsuzluk Ölçe?i'nin **geçerlilik** çal??mas?, hasta ve kontrol gruplar?na uygulanmas?yla gerçekle?tirilmi?tir. Ölçekten elde edilen puan ortalamalar? aras?ndaki fark?n önemlili?i **Student-t testi** ile analiz edilmi?tir.

Ayr?mc? Geçerlilik: Hasta ve kontrol gruplar?n?n puan ortalamalar? aras?nda önemli düzeyde farkl?l?k bulunmu?tur (t=12.49, p<0.001). Bu sonuç, Umutsuzluk Ölçe?i'nin, umutsuzluk düzeyleri farkl? olan bu iki grubu birbirinden anlaml? bir ?ekilde ay?rma yetene?ine sahip oldu?unu göstermektedir.

Kriter Geçerlili?i: Ölçe?in, bir di?er ilgili araç olan RBSÖ (Beck Risk for Suicide Scale veya benzeri bir ölçek oldu?u varsay?lmaktad?r) ile ili?kisi incelenmi?tir. Umutsuzluk Ölçe?i ve RBSÖ'den al?nan puanlar aras?ndaki korelasyon katsay?s? 0.558 (p<0.001) olarak bulunmu?tur, bu da ölçe?in ilgili yap?larla güçlü bir ili?kiye sahip oldu?unu destekler.

Güvenirlik

Ölçe?in iç tutarl?l??? ve **güvenirli?i**, yüksek düzeyde tatmin edicidir. Ölçe?in bütünü için hesaplanan **Cronbach Alfa Katsay?s?** 0.86 olarak belirlenmi?tir.

Alfa katsay?s?n?n anlaml?l???n? do?rulamak amac?yla yap?lan varyans analizi sonucunda, bu de?erin (p<0.001) ileri düzeyde anlaml? oldu?u saptanm??t?r. Bu bulgu, ölçek maddelerinin tutarl? bir ?ekilde ayn? yap?y? ölçtü?ünü ve ölçe?in klinik ve ara?t?rma amaçlar? için yüksek iç tutarl?l??a sahip oldu?unu kan?tlamaktad?r. Ayr?ca, Pearson Moment tekni?i ile hesaplanan güvenirlik katsay?s? 0.651 (p<0.001) olarak rapor edilmi?tir.

Faktör Analizi

Kaynak içerikte Umutsuzluk Ölçe?i'nin faktör yap?s?na dair detayl? bir analiz (aç?mlay?c? veya do?rulay?c? faktör analizi) bilgisi sunulmam??t?r. Ölçe?in 20 maddelik tek boyutlu bir yap?ya sahip oldu?u veya orijinal formdaki faktör yap?s?n? korudu?u varsay?lmaktad?r.

Enstrüman

Test Türü: Uyarlama (Adaptation)

Format: 20 maddeden olu?an öz bildirim ölçe?i.

Mevcut Dil: Türkçe.

Popülasyon Grubu: Klinik ve genel yeti?kin popülasyonlar (özellikle intihar riski ve depresyon

ARABPSYCHOLOGY.COM

de?erlendirmesi gereken bireyler).

Ya? Grubu: Yeti?kin.

Popülasyon Detaylar?: Geçerlilik ve güvenilirlik çal??mas?, hasta (klinik) ve kontrol gruplar?ndaki olgular üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Metodolojisi: Bireysel veya grup uygulamas?na uygun öz bildirim formu. Derecelendirme format? kaynakta belirtilmemi?tir, ancak genellikle dikotom (Evet/Hay?r) veya basit Likert tipi puanlama kullan?l?r.

Anahtar Kelimeler

Kriz Dergisi, **Student-t testi**, Cronbach Alfa, psikopatoloji, intihar, Pearson Moment.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?: Bilgi mevcut de?ildir.

Ba?l?l?k E-posta Adresleri: sonmezseber@gmail.com (Gülten Seber)

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?ildir.

?zinler & Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 1993 (Uyarlama çal??mas?n?n yay?n y?l?).

?leti?im: Ölçe?in sorumlu yazar? Gülten Seber ile sonmezseber@gmail.com adresi üzerinden ileti?im kurulabilir.

PDF Eri?imi: Ölçe?in uyarlama çal??mas?na ait PDF dosyas? bulunmaktad?r. Orijinal PDF'e bu ba?lant?dan eri?ilebilir: umutsuzluk-olcegi-toad.pdf.

Kaynak Linki: Çal??man?n yay?nland??? dergi makalesine ait link: dergiler.ankara.edu.tr.

Referanslar

Seber, G., Dilbaz, N., Kaptano?lu, C., ve Tekin, D. (1993). Umutsuzluk Ölçe?i: Geçerlilik ve güvenirli?i. *Kriz Dergisi, 1*(3), 139-142.

Umutsuzluk Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde

ARABPSYCHOLOGY.COM

de?i?tirilmemelidir.

Kaynak içerikte Umutsuzluk Ölçe?i'nin 20 maddelik içeri?i (soru veya ifade listesi) sa?lanmam??t?r. Yaln?zca ölçe?in 20 maddeden olu?tu?u bilgisi mevcuttur.

ARABPSYCHOLOGY.COM