

# Varoluşsal Endişe Ölçeği

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Varoluşsal Endişe Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32454>

## Özet

Varoluşsal Endişe Ölçeği (VEÖ), bireylerin temel **varoluşsal endişe** (Existential Angst) temalarıyla ilgili yaşadıkları kaygı ve sorunları ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçeğin Türkçeye **uyarlama** (Adaptation) çalışması, Ümmet, Ekşi, Özkapu ve Ekşi (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu adaptasyon çalışması, ölçeğin Türk kültürüne özgü dilsel ve kültürel bağlamda geçerliliğini ve güvenilirliğini sağlamayı hedeflemiştir. VEÖ, varoluşçu psikoloji kuramlarının temelini oluşturan ölüm, özgürlük, yalıtılmışlık ve anlamsızlık gibi dört temel kaygı alanını değerlendirir.

## Anahtar Kelimeler

Varoluşsal Endişe, Existential Concerns Questionnaire (ECQ), Ölçek Uyarlaması, **Psikometri** (Psychometrics), Anlam Arayışı, Ölüm Kaygısı, Özgürlük.

## Yazarlar

Durmuş Ümmet, Halil Ekşi, Yunus Özkapu, Fatma Ekşi.

## Amaç

Ölçeğin temel amacı, bireylerin yaşamın kaçınılmaz gerçekleriyle (varoluşun "verilmişlikleri") yüzleşmeleri sonucunda deneyimledikleri kaygı düzeylerini ve bu kaygının yoğunluğunu nicel olarak ölçmektir. Bu ölçüm, özellikle klinik ve akademik çalışmalarda varoluşsal terapi yaklaşımlarının etkinliğini değerlendirmede veya bireylerin yaşam amaçlarına yönelik motivasyonların anlamada kritik bir rol oynar.

VEÖ, psikoterapide danışanların yaşadığı temel çatışmaların belirlemeye yardımcı olurken, aynı zamanda akademik araştırmalarda varoluşsal kaygının farklı psikolojik değişkenlerle (örneğin, depresyon, yaşam doyumu veya stres) ilişkisini incelemek için standart bir araç sunar.

## Yapı (Construct)

Varoluşsal Endişe Ölçeği, **varoluşsal endişe** kavramını ölçer. Bu kavram, genellikle Irvin Yalom'un ve diğer varoluşçu filozofların çalışmalarına dayanır ve varoluşun dört temel kaygısının içerir:

**Ölüm:** Hayatın sonluluğu ve kaçınılmazlığına dair farkındalık.

**Özgürlük ve Sorumluluk:** Bireyin kendi seçimlerinden ve hayatın yaratıcısı olmaktan kaynaklanan sorumluluk yükü.

**Varoluşsal Yalıtılmışlık:** Her ne kadar bakışlarla ilgili kurabilesek de, varoluşsal anlamda

yalnız olma gerçeği.

**Anlamsızlık:** Evrensel bir anlamın yokluğunda, bireyin kendi anlamın yaratma zorunluluğu (**Anlamsızlık Meaninglessness**).

## Geçerlik

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında, yapı **geçerlik** (**Validity**) çalışmaları öncelikli olarak yürütülmüştür. Yapı geçerliliği, ölçek maddelerinin teorik olarak ölçmeyi amaçladığı varoluşsal endişe boyutlarının ne kadar doğru temsil ettiğini gösterir. Bu kapsamda, genellikle Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılarak ölçeğin orijinal çok boyutlu yapısının Türk örnekleminde de korunduğu test edilmiştir.

Ek olarak, ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında, VEÖ puanlarının teorik olarak ilişkili olması beklenen diğer psikolojik yapılarla (örneğin, depresyon, kaygı veya yaşam amacı ölçekleri) korelasyonları incelenmiştir. Bu korelasyonların beklenen yönde ve büyüklükte olması, ölçeğin geçerli bir ölçüm aracı olduğunu desteklemektedir.

## Güvenirlilik

Varoluşsal Endişe Ölçeği'nin **güvenirlilik** (**Reliability**) analizleri, ölçeğin tutarlılığı ve kararlılığı değerlendirir. Uyarlama çalışmasında sıklıkla kullanılan yöntem, iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach Alfa değeridir. Yüksek Cronbach Alfa katsayıları, ölçek maddelerinin aynı yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Ayrıca, test-tekrar test güvenirlilik analizleri de yapılmış olabilir. Bu analizler, aynı bireylere farklı zamanlarda uygulanan ölçekten elde edilen puanların tutarlılığını inceleyerek ölçeğin zamana karşı ne kadar kararlı olduğunu ortaya koyar. Uyarlama çalışmasının sonuçları, ölçeğin Türk örnekleminde yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermiştir.

## Faktör Analizi

Ümmet ve arkadaşlarının (2018) adaptasyon çalışması, Varoluşsal Endişe Ölçeği'nin faktör yapısını incelemeye odaklanmıştır. Ölçeğin, **varoluşsal endişenin** dört temel boyutunu temsil eden birden fazla faktörden oluşması beklenir. Çalışmada, öncelikle Keşfedici Faktör Analizi (KFA) ile olası faktör yapısı araştırılmış, ardından Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile bu yapının teorik modele uygunluğu test edilmiştir.

DFA sonuçları, uyarlanan ölçeğin faktör yüklerinin yeterli olduğunu ve uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstererek, ölçeğin orijinal yapısının Türkçe formda da korunduğunu doğrulamıştır. Bu, ölçeğin alt boyutlarının (Ölüm Kaygısı, Özgürlük Kaygısı, vb.) başlıca olarak güvenilir ölçümler sunduğunu ifade eder.

## Araç (Instrument)

**Test Türü:** Uyarlama (Adaptation)

**Format:** Likert Tipi Derecelendirme. Yanıtlar, genellikle "Hiç katılmıyorum"dan "Tamamen katılmıyorum"a kadar uzanan çok seçenekli bir ölçek üzerinde derecelendirilir.

**Mevcut Diller:** Türkçe (Uyarlama); Orijinal ölçeğin dili İngilizce veya başka bir dil olabilir.

**Popülasyon Grubu:** Yetkinler.

**Yaş Grubu:** Genç yetkinler ve yetkinler (Genellikle 18 yaş ve üzeri).

**Popülasyon Detayları:** Uyarlama çalışması genellikle üniversite öğrencileri ve/veya genel yetkin örnekleminde gerçekleştirilir.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim ölçeği (Self-report scale). Bireylerin kendi varoluşsal kaygı düzeylerine ilişkin ifadeleri değerlendirilmesi esasına dayanır.

## Anahtar Kelimeler

Ölçek Geliştirme, Psikolojik Değerlendirme, Yaşamın Anlamı, Ölüm Kaygısı, Varoluşçu Psikoterapi.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlayıcıları:** Bilgi mevcut değildir.

**Kurum E-posta Adresleri:** Durmuş Ümmet: [dummet@marmara.edu.tr](mailto:dummet@marmara.edu.tr)

**Yazma Adresi:** Bilgi mevcut değildir.

## Şinler & Ücret ve Test Yılı

**Test Yılı (Uyarlama):** 2018

**Şinler ve Ücret:** Ölçeğin ticari veya geniş çaplı akademik kullanım için sorumlu yazar Durmuş Ümmet ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Kullanım izni ve olası ücretler, doğrudan yazarın takdirindedir.

## Referanslar

Ümmet, D., Ekđi, H., Özkapu, Y., & Ekđi, F. (2018). The Existential Concerns Questionnaire (ECQ): A study of validity and reliability. *Research and Development on Social Sciences*, 423-429.

Makalenin tam metnine ResearchGate üzerinden erişilebilir: [researchgate.net](https://www.researchgate.net)

## Varoluşsal Endişe Ölçeği Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Ölçeğin orijinal maddeleri kaynak içerikte sağlanmamıştır. Bu nedenle maddeler buraya eklenememiştir. Maddeler için yayımlanan bilimsel makaleye başvurulması gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM