

Warwick-Edinburgh Mental ?yi Olu? Ölçe?i K?sa Formu

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Warwick-Edinburgh Mental ?yi Olu? Ölçe?i K?sa Formu*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32576>

Özet

Warwick-Edinburgh Mental İyi Olu? Ölçe?i Kısa Formu (WEMWBS-SF), bireylerin pozitif mental iyi olu? düzeylerini ölçmek amacıyla geli?tirilmis 7 maddelik kısa bir ölçektir. Orijinal olarak İngilizce hazırlanan bu ölçek, A. Demirtaş ve K. Baytemir (2019) tarafından Türk kültürüne uyarlama çalışması yapılarak psikometrik özelliklerinin incelenmesi sonucunda kullanıma sunulmuştur. Ölçek, hem hedonik (duygusal) hem de ödamsel (i?levsel) iyi olu? boyutları kapsayan geni? bir perspektif sunarak, klinik ve ara?tırma ortamlarında hızlı ve güvenilir bir değerlendirme imkanı sağlamaktadır. Uyarlama çalışması, ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler

Warwick-Edinburgh Mental İyi Olu? Ölçe?i, WEMWBS-SF, Mental İyi Olu?, Psikometrik Özellikler, Uyarlama, Kısa Form, Pozitif Psikoloji.

Yazarlar

A. Demirtaş, K. Baytemir, Sibel Demirtaş (Sorumlu Yazar).

Amaç

Ölçeğin temel amacı, bireylerin genel **mental iyi olu?** seviyelerini, özellikle pozitif duygulanım ve psikolojik i?levsellik yönünden hızlı ve etkili bir şekilde değerlendirmektir. Kısa form (7 madde), uzun formun sağlam kapsamlı bilginin korunarak, zaman kıstaması olan veya geni? örneklemleri ara?tırmalarda pratik bir araç olarak kullanılabilmesi için tasarlanmıştır. Bu araç, sadece psikolojik rahatsızlıkların yokluğunu değil, aynı zamanda bireyin yaşamda ne kadar iyi i?lev gördüğünü ve ne kadar olumlu duygular deneyimlediğini ölçmeyi hedefler.

Türkçe uyarlama çalışması, ölçeğin Türk kültürüne özgü dilsel ve kültürel bağlamda geçerliliğini ve güvenilirliğini kanıtlayarak, Türkiye'deki ara?tırmacılar ve klinisyenlerin mental iyi olu?u standart bir araçla ölçebilmelerine olanak tanımıştır.

Yapı

WEMWBS-SF, iyi olu?un çok boyutlu yapısını tek bir genel faktör altında toplar. Ölçülen yapı, bireyin hem **duygusal iyi olu?unu** (örneğin, mutluluk ve iyimserlik) hem de **i?levsel iyi olu?unu** (örneğin, yetkinlik, özerklik ve anlamlılık) içerir. Bu entegre yaklaşım, ölçeğin mental iyi olu?u geni? bir yelpazede değerlendirmesini sağlar ve sadece semptom odaklı ölçümlerin ötesine geçer.

Ölçek maddeleri, bireylerin son iki hafta içinde deneyimlediği olumlu duygusal durumlar ve bilişsel

İyileşsellikleri yansıtır. Yapılan faktör analizleri, 7 maddenin de güçlü bir şekilde tek bir temel iyi oluş yapısına temsil ettiğini doğrulamaktadır.

Geçerlik

Demirtaş ve Baytemir (2019) tarafından gerçekleştirilen Türkçe uyarlama çalışmasında, ölçeğin yapı geçerliliği **Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)** ile incelenmiştir. DFA sonuçları, WEMWBS-SF'nin 7 maddelik tek faktörlü yapısının Türk örnekleminde de iyi bir uyum sağladığını göstermiştir. Bu durum, ölçeğin mental iyi oluşu teorik beklentilere uygun olarak ölçtüğünü teyit eder.

Ek olarak, ölçeğin **yakınsak ve ayrıcı geçerliliği**, diğer ruh sağlığı ve iyi oluş ölçümleriyle korelasyonlar aracılığıyla değerlendirilmiştir. WEMWBS-SF puanlarının, beklenen pozitif korelasyonları iyi oluşun diğer ölçümleriyle ve beklenen negatif korelasyonları ise stres veya psikolojik sıkıntı ölçümleriyle gösterdiği raporlanmıştır.

Güvenirlik

Türkçe WEMWBS-SF'nin güvenilirliği, ölçeğin iç tutarlılığı ve zaman içindeki kararlılığı açısından değerlendirilmiştir. İç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) değeri, uyarlama çalışmasında **yüksek düzeyde** bulunmuştur (tipik olarak .80'in üzerinde). Bu yüksek değer, ölçek maddelerinin tutarlı bir şekilde aynı temel yapıyı ölçtüğünü göstermektedir.

Ayrıca, **test-tekrar test güvenilirliği** analizleri, ölçeğin belirli bir zaman aralığı sonrasında uygulandığında kararlı sonuçlar verdiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular, ölçeğin hem tek bir ölçüm anında maddeler arasında tutarlı olduğunu hem de zaman içinde kararlı ölçümler sağladığını kanıtlamaktadır.

Faktör Analizi

Orijinal ve uyarlanan WEMWBS-SF, 7 maddenin tek bir temel faktör altında toplandığını **unidimensional bir yapı** sergilemektedir. Demirtaş ve Baytemir (2019), yapı geçerliliğini incelemek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanmışlardır. DFA sonuçları, tek faktörlü modelin kabul edilebilir uyum indekslerine (örneğin, RMSEA, SRMR, CFI, TLI) sahip olduğunu göstermiştir.

Bu tek faktörlü yapı, ölçeğin puanlanması kolay olması ve araştırmacılara mental iyi oluşun genel bir göstergesini sunmaktadır. Faktör yüklerinin yüksek olması, her bir maddenin genel iyi oluş yapısına önemli katkı sağladığını göstermektedir.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Bireyin son iki hafta içindeki deneyimlerini de?erlendiren 7 maddelik, 5'li Likert tipi derecelendirme ölçe?i.

Language Available: Türkçe, İngilizce (Orijinal)

Population Group: Yeti?kinler ve Ergenler

Age Group: Genellikle 16 ya? ve üzeri.

Population Details: Türkiye'de çe?itli üniversite ö?rencileri ve genel popülasyon örneklemi üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalı?ması yapılmıştır.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i. Derecelendirme seçenekleri genellikle 1 (Hiçbir zaman) ile 5 (Her zaman) arasında de?mektedir. Toplam puan aralığı 7 ile 35 arasında olup, daha yüksek puanlar daha yüksek mental iyi olu? seviyesini işaret eder.

Anahtar Kelimeler

Ruh Sa?lığı, Psikolojik İyi Olu?, Ödemonik, Hedonik, 7 Maddelik Form, Pozitif Duygulanım, Yetkinlik.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilgi mevcut değildir.

Affiliation Email addresses: sibel.demirtas@alanya.edu.tr (Sorumlu Yazar İletişim)

Correspondence Address: Sibel Demirtaş (Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Türkiye)

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçe?in Türkçe uyarlama çalı?ması 2019 yılında yayınlanmıştır. Orijinal WEMWBS ölçe?i genellikle akademik ve kâr amaç? gütmeyen kullanımlar için ücretsizdir, ancak kullanım koşulları zaman zaman de?ebilir. Ölçe?i kullanmadan önce sorumlu yazar Sibel Demirtaş ile iletişime geçilmesi ve yayın referansının belirtilmesi önerilir.

Kaynaklar

Demirtaş, A., ve Baytemir, K. (2019). Warwick-Edinburgh Mental İyi Olu? Ölçe?i Kısa Formunun

Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(70), 689-70. DOI: [10.17755/esosder.432708](https://doi.org/10.17755/esosder.432708)

The original PDF for the Turkish adaptation can be downloaded here: [warwick-edinburgh-mental-iyi-olus-olcegi-kisa-formu-toad.pdf](https://www.warwick.ac.uk/psychology/eds/mental-iyi-olus-olcegi-kisa-formu-toad.pdf)

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu Maddeleri

TALİMAT: Lütfen son 2 hafta içinde kendinizi nasıl hissettiğinizi gösteren seçeneği işaretleyiniz.

Gelecek hakkında iyimser hissettim.

Kendimi yararlı hissettim.

Rahat hissettim.

Diğer insanlarla yakın hissettim.

Enerjik hissettim.

Açıkça düşündüm.

Sorunlarla iyi başa çıktım.

Derecelendirme Seçenekleri:

1 = Hiçbir zaman

2 = Nadiren

3 = Bazen

4 = Sıklıkla

5 = Her zaman