

UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ: GEÇERLİLİK VE GÜVENİRLİĞİ

Dr. Gülten SEBER*, Dr. Nesrin DİLBAZ**,
Dr. Cem KAPTANOĞLU***, Dr. Durmuş TEKİN****

Özet: Beck'in umutsuzluğu belirlemek amacıyla hazırladığı Umutsuzluk Ölçeği DSM-III-R tanı kriterlerine göre major depresyon, distimik bozukluk tanısı alan ve intihar girişiminde bulunan bir grup hastaya uygulandı. Bu ölçeğin bizim ülkemizde umutsuzluğu belirleyen güvenilir, duyarlı ve kolay uygulanabilir olduğu belirlendi.

Summary: Hopelessness scale designed by Beck to quantify hopelessness was administered to a group of patients who had major depression, dysthymic disorder and attempted suicide according to DSM-III-R diagnostic criteria. This scale was found as an universal instrument to be reliable, sensitive and easily administered in Turkish psychiatric patients.

Yaygın bir ruh sağlığı sorunu olan depresyon ve bağlı olarak intihar davranışını açıklayan birçok kuramsal yaklaşımdan birisi de Beck'in bilişsel modelidir (Beck 1963). Bu modele göre depresyona yatkın bireylerde, kendisine, dış dünyaya ve geleceğe karşı olumsuz beklentiler vardır. Bu olumsuz tutumlar ve kavramlar kişinin düşüncesinde sistematik hatalara, olumsuz yargılara ve sessiz kabullenişlere neden olur (Beck 1970, 1979). Depresif durumdaki hastalar sıklıkla üzüntü, umutsuzluk, kötümserlik ile ilgili duygu durum bozukluklarından yakınırlar. İntihar düşüncesi sıklıkla depresif bozuklukların bir

parçası olmasına karşın bu düşüncenin yoğunluğunu ve şiddetini belirlemek oldukça güçtür. İntihar eğiliminin düzeyi ise hastanın umutsuzluk derecesi ile ilintilidir. Klinik olarak intihar düşüncesi ile özgül intihar eğilimini ayırt etmek ciddi risk altındaki hastaları belirlemede önemlidir. Umutsuzluğu, kişinin gelecek ile ilgili olumsuz beklentileri olarak ele alan Beck bu kuramı geliştirirken depresyon belirtilerinden karamsarlık için önemli bir kavram olan umutsuzluk üzerinde durmuş ve umutsuzluğun ölçümü konusunda çeşitli çalışmalar yapmıştır. Umutsuzluk depresyonun temel belirtilerinden biri olarak tanımlanırken umutsuzluğun ayrıca intihar girişimi (Beck 1963), şizofreni (Drake ve Cotton 1986), ilaç ve alkol bağımlılığı (Beck ve ark. 1976), sosyopati (Melges 1969, Williams 1986) ve fiziksel hastalıklar gibi ruhsal bozukluklarda da görülebileceği vurgulanmıştır.

Genellikle depresyon ile ilgili çalışma yapanların çoğu depresif hastalardaki umutsuzluk duygusunun depresyonun şiddeti ve intihar riskinin önemli bir belirleyicisi olduğu görüşünde fikir birliği içindedirler (Kaplan ve Sadock 1985). 1974'de Beck ve arkadaşları "Karamsarlığın Ölçümü" adlı çalışmaları ile bu derece yaygın ve ciddi piskopatolojik bir belirti olan umutsuzluğu belirleyen "Umutsuzluk Ölçeği"ni geliştirmişlerdir. Bireyin geleceğe yönelik karamsarlık düzeyini belirlemeyi amaçlayan bu ölçeğin geliştirilmesinde Beck ve arkadaşları (1974) iki kaynak kullanmışlardır. Ölçekteki toplam 20 önermeden 9'u Heimber'in gelecek ile ilgili tutumları içeren yapılandırılmış bir ölçekten seçilmiştir. Beck ve

* Doç., Osman Gazi Üni. Tıp Fak. Psikiyatri ABD
** Uzm., Ankara Numune Hastanesi Psikiyatri Kl.
*** Doç. Osman Gazi Üni. Tıp. Fak. Psikiyatri ABD
**** Prof. Osman Gazi Üni. Tıp. Fak. Psikiyatri ABD

arkadaşları, bu önermeleri şimdiki zamana çevirmiştir. Geri kalan 11 önerme ise klinisyenler tarafından umutsuzluğu mevcut psikiyatrik bozukluğu olan hastaların ifadelerinden oluşturulan karamsarlık önermeleri havuzundan seçilmiştir. Daha sonra ölçek, testin amacını bilen, içeriğinin geçerliği ve önermelerin açıklığı konusunda fikir verebilecek rastgele seçilmiş depresif ve depresif olmayan deneklere uygulanmıştır. Bunun ardından ölçeğin önermelerinin anlaşılabilirliği ve geçerliği birçok klinisyen tarafından incelenmiştir. Tüm bu kaynaklardan elde edilen bilgiler ışığında gerekli cümle ve kelimeler üzerinde son değişiklikler yapılmıştır. Böylece ölçeğin son hali elde edilmiştir. Beck ve arkadaşları 1975'de depresyon ve intihar eğilimi ile umutsuzluğun ilişkisini artıran çalışmalarında orta puanı 9.0 (SD = 1.0) olarak bulurken Green'in 1981'de genel populasyonda yaptığı bir çalışmada ortalama puanı 4.45 (SD = 3.9) olarak bulmuştur. Beck ve ark. (1989, 1990) yaptıkları çalışmalarda umutsuzluğun intihar potansiyelinin hassas bir belirleyicisi olabileceğini öne sürmüştür.

Umutsuzluk gibi önemli bir ruhsal belirtinin nicel ölçümünü ortaya koyan umutsuzluk ölçeğinin kısa, güvenilir, kolay uygulanabilme özellikleri vardır. Umutsuzluk ölçeğinin ülkemizde geçerliğini ve güvenilirliğini saptamak amacıyla bu çalışma planlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Sekiz aylık bir süre içinde Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğine başvuran ve DSM-III-R (APA 1986) tanı kriterlerine göre bir psikiyatrist tarafından major depresyon ve distimik bozukluk tanısı alan ya da intihar girişiminde bulunmuş 37 olgu hasta grubunu, herhangi bir ruhsal ve fiziksel bozukluğu olmayan 70 kişi ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Hasta grubunu oluşturan 37 hastadan 26'sı (%70.2) kadın, 11'i (%29.8) erkek; kontrol grubunun ise 26'sı (%37.1) kadın, 44'ü (62.9)'u ise erkek idi. Hasta ve kontrol grubunun demografik özellikleri Tablo I'de gösterilmiştir. 37 Kişilik hasta grubundan 11'i (%29.8) major depresyon, 17'si (%45.9) distimik bozukluk tanı ölçütlerini karşılarken 9'u (%24.3) intihar girişimi nedeniyle hastaneye başvurmuştur (Tablo II).

Çeviri Çalışmaları: Bu ölçeğin İngilizce orijinali psikoloji ve psikiyatri alanında çalışan İngilizce eğitim görmüş üç uzman tarafından Türkçeye

çevrildi. Daha sonra bu üç değişik çeviri akademik olarak da İngilizce eğitim görmüş ve halen İngilizce eğitim veren diğer bir uzmanın görüşüne sunuldu. Bu uzmanın görüşleri doğrultusunda her bir önerme için, bu önermeyi en iyi temsil ettiği düşünülen çeviri seçildi. Son aşamada ise tüm görüşler dikkate alınarak Türkçe ve İngilizce dilindeki yeterli olduğu kabul edilen bir yabancımda önerileri alınarak ölçeğin çeviri çalışması tamamlandı.

Veri Topama Araçları: Bu çalışmada Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ile demografik bilgileri elde etmek amacıyla bir bilgi toplama formu kullanıldı.

Beck Umutsuzluk Ölçeği (Beck ve ark. 1974): 11 doğru, 9 yanlış anahtar yanıtı olan 20 doğru-yanlış önermeden oluşmuştur. Ölçek kendi kendine yanıtlanmaktadır. Anahtara uyumlu her yanıt için 1 puan, uyumsuz her yanıt için ise 0 puan verilmektedir. Elde edilen aritmetik toplam "Umutsuzluk puanı" olarak kabul edilmiştir. Puanların olası değişkenliği 0 ile 20 arasındadır. 1., 6., 13., 15., 19., önermeler gelecek ile ilgili duyguları, 2., 3., 9., 11., 12., 16., 17., 20., önermeler motivasyon kaybını, 4., 7., 8., 14., 18., önermelerde gelecek ile ilgili beklentileri ifade etmektedir. Önermeler duygusal, motivasyonel ve bilişsel etmenlerden oluşmaktadır.

Beck Depresyon Ölçeği: Beck tarafından 1961'de geliştirilen ve ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Teğin (1980), Hisli (1988) tarafından yapılan Beck Depresyon Ölçeği karamsarlık, başarısızlık duygusu, doyum almama, suçluluk duyguları, huzursuzluk, yorgunluk, iştah azalması, kararsızlık, uyku bozukluğu, sosyal çekilme gibi depresif belirtilere ilişkin 21 maddeden oluşmaktadır. Her madde depresyona özgü bir davranışı belirleyen dört dereceli kendini değerlendirme ifadesini içermektedir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: 1985'de Rosenberg tarafından geliştirilen ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çuhadaroğlu (1985) tarafından yapılmış olan bu ölçek 63 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin bütünlüğünün bozulmaması amacıyla bu çalışmada ölçeğin tümü denekler tarafından yanıtlanmasına karşın "Benlik Saygısına" ait olan ilk on önermenin sonuçları değerlendirme kapsamına alındı.

İşlem: Beck Umutsuzluk Ölçeğinin güvenilirliğini araştırmak amacıyla Beck Umutsuzluk Ölçeğini yanıtlayan tüm olguların her maddeye verdikleri

yanıtların iç tutarlılığına bakıldı. Ölçeğin geçerliği araştırmada bilinen grupların karşılaştırılması tekniği uygulanarak sınırdı. Diğer taraftandan Tıp Fakültesi son sınıf öğrencilerinden oluşan 30 kişilik gruba Beck Umutsuzluk Ölçeği 4 hafta ara ile uygulanarak test-tekrar test ilişkisine bakıldı.

İstatistiksel analiz olarak student t-testi, Pearson moment korelasyonu, Caronbach Alpha katsayısı ve inter-item korelasyon tekniği kullanıldı.

SONUÇLAR

Hasta ve kontrol grubunun, BUÖ, BDÖ ve RBSÖ'den aldıkları ortalama puanlar Tablo-3 de gösterilmiştir. Buna göre hasta grubunun umutsuzluk ve depresyon puanları kontrol grubuna göre anlamlı olarak yüksek, benlik sayısı puanları ise düşük bulundu (umutsuzluk, $t=12.49$, $p<0.001$; depresyon, $t=13.67$, $p<0.001$, benlik saygısı, $t=11.46$, $p<0.001$).

Ölçeğin Güvenirliği

Umutsuzluk Ölçeğinin güvenirlilik çalışması iç tutarlık ve puan değişmezliği olmak üzere iki kısımda yürütüldü.

Ölçeğin iç tutarlığına ilişkin analizler hasta grubunun umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar üzerinden yapıldı. Bu ölçeğin tümü için bulunan Cronbach alfa katsayısı 0.86 idi. Alfa katsayısının anlamlılığını saptamak amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda bu değer ($p<0.001$) ileri düzeyde anlamlı olduğu belirlendi. Bu da ölçeğin iç tutarlılığının tatmin edici olduğunu göstermektedir. Bu sonuç ölçeğin güvenirliliğinin bir ölçütü olarak yorumlanabilir.

Ölçeğin madde korelasyonu(Interkorelasyon) olguların ölçeğin her bir maddesinden aldıkları puanlar ile tüm ölçekten aldıkları toplam puan arasındaki madde-test korelasyon katsayısı hesaplanarak gösterildi. Elde edilen en düşük madde-test korelasyonu katsayısı 0.076, en yüksek katsayısı ise 0.719 ($p<0.001$) idi.

Ölçeğin puan değişkenliğine ilişkin analizler, test-tekrar test yöntemi ile yapıldı. Ölçek Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi son sınıf öğrencilerinden oluşan 30 kişilik bir gruba 4 hafta ara ile iki kez uygulandı. Her iki uygulamadan alınan puanlar üzerinden hesaplanan Pearson Momentler çarpımı korelasyonu ile hesaplanan güvenirlilik katsayısı 0.737, ileri derecede anlamlı ($p<0.001$) idi. Elde edilen bu sonuç ölçeğin puan değişmezliği açısından da güvenilir olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin Geçerliği

Umutsuzluk Ölçeğinin geçerlik çalışması yapı (construction) ve uyum (concurrent) geçerliliği açısından incelendi.

Yapı Geçirliği: Umutsuzluk Ölçeğinin hasta ve kontrol gruplarındaki olgulara uygulanması sonucunda elde edilen puan ortalamaları arasındaki farkın önemliliği student-t testi ile sınırdı. Her iki grubun puan ortalamaları önemli düzeyde farklı bulundu ($t=12.49$, $p<0.001$). Bu anlamlı fark umutsuzluk ölçeğinin bu iki grubu birbirinden anlamlı düzeyde ayırdığını ortaya koymaktadır.

Uyum Geçerliği: Ölçeğin uyum geçerliği hasta grubunu oluşturan olguların geçerlik ölçütleri olarak alınan BDÖ ve RBSÖ'den aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin incelenmesi ile kontrol edildi. Deneklerin umutsuzluk ölçeği ve BDÖ'den aldıkları puanlar üzerinden Pearson Moment tekniği ile hesaplanan güvenirlilik katsayısı 0.651 ($p<0.001$) iken umutsuzluk ölçeği ve RBSÖ'den aldıkları puanların katsayısı 0.558 ($p<0.001$) olarak bulundu. Bu sonuç hasta grubundaki olguların BDÖ, RBSÖ ve BUÖ'den aldıkları puanların birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili ve umutsuzluk ölçeğinin uyum geçerliğinin yüksek olduğunu kanıtı olarak yorumlanabilir.

TARTIŞMA

Çalışmanın sonuçları değerlendirildiğinde Beck Umutsuzluk Ölçeğinin umutsuzluk yakınması olan ve olmayan bireyleri birbirinden anlamlı düzeyde ayırdığını söyleyebiliriz ($t=12.49$, $p<0.001$). Bu sonuç ölçeğin orijinali ile yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlar ile benzerdir (Beck ve ark. 1974).

BUÖ'nin BDÖ ($r=0.651$, $p<0.001$) ve RBSÖ ($r=0.558$, $p<0.001$) ile anlamlı düzeyde ilişkisinin bulunması ölçeğin geçerliğin desteklemektedir. Beck ve ark.'nin (1974) BUÖ ile BDÖ'nin ilişkili olduğunu göstermeyi amaçladıkları çalışmada buldukları sonuç ($r=0.63$, $p<0.001$) bizim sonucumuz ile uyumludur.

Ölçeğin güvenilir olduğuna ilişkin bulgular ölçeğin iç tutarlılık katsayısının yeterli olduğu gösterilerek belirlendi(Cronbach alfa=0.86). İç tutarlılık katsayısını Beck ve ark.'ları (1974) 0.93, Durham (1982) genel psikiyatri hastalarında 0.86, yatan suçlu psikiyatrik bozukluğu olan hastalarda ise 0.83 olarak rapor etmişlerdir.

Ölçeğin puan değişmezliğine ilişkin bilgiler 4 hafta ara ile yapılan uygulamalarla sağlanmış ve korelasyon katsayısı $r = 0.73$ olarak bulunmuştur. Holden ve ark. (1989), Üniversite popülasyonunda tüm örneklem için güvenilirlik katsayısını 0.85 olarak bulmuşlardır. Çalışmalardaki değişik sonuçların araştırmaların ilk ve ikinci uygulamaları arasındaki sürenin farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Hasta grubunun umutsuzluk ve depresif belirtilerin şiddetinin kontrol grubundan yüksek, özsaygısının ise düşük olması çalışmada uygulanan yöntemin duyarlı olduğunu göstermektedir.

Psikopatolojik durumlar ile ilişkisi ele alındığında Beck'in depresyonun en önemli belirtilerinden biri olduğunu vurguladığı

karamsarlığın ölçümünde BUÖ'ne duyulan gereksinim yadsınmaz. Gerek psikoanalitik düşünceyi gerek bilişsel görüşü benimseyenler ve gerekse depresyon ile ilintili diğer kuramların tümünde depresyonda karamsarlık, umutsuzluk, özsaygının kaybı temaları istemektedir. Depresyona bağlı ölüm nedenlerinin önde geleni intihardır. Umutsuzluğun bunu önceden belirleyecek bir unsur olması umutsuzluğu ölçmenin ne denli önemli olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak çalışmamızdan elde edilen bulgular ışığında Beck Umutsuzluk Ölçeğinin toplumumuz için geçerliliğinin ve güvenilirliğinin yeterli düzeyde olduğu belirlendi. Bu nedenle gerek araştırmalar için ve gerekse koruyucu ruh sağlığı açısından kullanılabilecek bir ölçek olduğu sonucuna varabiliriz.

KAYNAKLAR

American Psychiatric Association (APA), (1987) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-revised. DSM-III-R. Washington DC.

Beck AT (1961) An Inventory for measuring depression. Arch Gen Psychiatry, 7: 151-169

Beck AT (1963) Thinking a depression. Arch Gen Psychiatry, 9: 324-333

Beck AT (1970) The core problem in depression. In Wasserman, CH (eds): The cognitive-triad in depression. Theories and therapies. New York, Grune and Stratton, New York

Beck AT ve ark. (1974). The measurement of pessimism. The hopelessness scale. J Consult Clin Psychology, 42: 861-865

Beck AT, Kovacs M, Weissman A (1975) Hopelessness and suicidal behaviors. An overview. J. Am. Med Assoc, 243: 1146-1149

Beck AT ve ark (1976) Alcoholism, hopelessness and suicidal behaviors. J Studies Alcoholism, 37: 66-77

Beck AT (1979) Cognitive therapy of depression: A treatment Manual. Guilford Press, New York

Beck AT ve ark. (1989) Prediction of eventual suicide in psychiatric inpatients by clinical rating of hopelessness. J Consult Clin Psychology, 57: 309-310

Beck AT ve ark. (1990) Relationship between hopelessness and ultimode suicide: A replication with psychiatric outpatients. Am J Psychiatry, 147: 190-195

Çuhadaroğlu F (1985) Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma. XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nöroloji Bilimleri Kongresi, Mersin

Drake RE, Cotton PG (1986) Depression, hopelessness and suicide in chronic schizophrenia. Br J Psychiatry, 148: 554-559

Durham TW (1982) Norms, reliability and item analysis of the hopelessness scale in general psychiatric, forensic psychiatric, and college population. J Clin Psychology, 38: 597-600

Greene MS (1981) Levels of measured hopelessness in the general populations. Br. J. Clin Psychology, 20: 11-14

Hisli N (1988) Beck depresyon envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma. Psikoloji Dergisi, 6: 118-126

Holden RR ve ark. (1989) Suicide, hopelessness and social desirability: A test of an interactive model. J Consult Clin Psychology, 74: 500-504

Kaplan HI, Sadock BJ (1985) Modern Synopsis of Comperhensive textbook of Psychiatry. 4th. ed., Williams and Wilkins, Baltimore

Malgas FT (1969) Types of hopyelessness in psychological process. Arch Gen Psychiatry, 20: 690-699

Rosenberg M (1965) Soicety and the adolescent self-image. Princetor, Princeton University Press

Tegin B (1980) Depresyonda bilişsel süreçler: Beck modeline göre. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Ankara

Williams JMG (1986) Difference in reasons for taken overdoses in hight and low hopelessness groups. Br J Psychology, 59: 269-277