



Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin (YPSÖ) Psikometrik Özellikleri: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması¹

Gökmen ARSLAN²

Geliş Tarihi: 14.09.2015 Kabul Tarihi: 01.12.2015

Öz

Bu çalışmanın amacı, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu Isparta'da yaşayan yaşları 21 ile 48 arasında değişen 470 katılımcıdan oluşturmaktadır. Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi için veriler iki gruba ayrılmış ve birinci grupta yer alan katılımcılar açımlayıcı faktör analizi, ikinci grupta yer alan katılımcılar doğrulayıcı faktör analizi için kullanılmıştır. Analiz sonuçları 21 yaş ve üzeri bireylerde ölçeğin iyi düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeğin dört faktörlük yapısının toplam varyansın %65'ini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin toplam iç tutarlık katsayısı .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Ayrıca doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin iyi düzeyde uyum değerleri ürettiğini göstermiştir. Sonuç olarak araştırma sonuçları Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği ve alt ölçeklerinin yetişkinlerde psikolojik sağlamlığı ölçmede kullanılabileceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik sağlamlık, yetişkinlik, güvenirlik, geçerlilik.

¹Bu çalışma 6-8 Kasım tarihleri arasında 3rd World Conference on Educational and Instructional Studies WCEIS – 2014'te sözel bildiri olarak sunulmuştur.

² Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, gkmnarслан@gmail.com



Psychometric Properties of Adult Resilience Measure (ARM): The Study of Reliability and Validity

Submitted by 14.09.2015 Accepted by 01.12.2015

Abstract

The purpose of this study is to investigate psychometric properties Adult Resilience Measure (ARM). The total sample consisted of 470 participants, ranging of age from 21 to 48 years old, residing in Isparta. The sample was randomly split into two subsamples, first sample was used for exploratory factor analysis, and confirmatory factor analysis was conducted on second sample. The analysis results indicated that the measure has satisfactory psychometric properties and a high level of reliability and validity in adults who age are 21 and older. Four factors accounted for a total of 65% the variance. The Cronbach alpha coefficient of the measure was .94. Test-retest reliability coefficient of the measure was .85. Also confirmatory factor analysis indicated that the model was a good fit to the data. Consequently, results of the study indicated that the Adult Resilience Measure and its subscales can be used to assess resilience in adults.

Keywords: Resilience, adulthood, validity, reliability.

Giriş

Günümüzde insanlar, küresel ısınma, doğal afetler, ekonomik sorunlar, evsizlik, terör, savaşlar gibi birçok sorun ile karşı karşıyadır. Bütün bu olumsuzluklar içerisinde, bireyin ruh sağlığına ilişkin çalışmaların modern zamanın odak noktası olduğu söylenebilir (Hefferon ve Boniwell, 2011). Yaşanılan bu olumsuz durumlar beraberinde ruhsal birtakım sorunları da getirebilmektedir. Özellikle son yıllarda ruh sağlığı alanında önleyici çalışmalar giderek önem kazanmıştır. Nitekim önleyici çalışmalara ilişkin önemli gelişmeler, zayıflıkları gidermekten daha çok yeterlilikleri artırma bakış açısıyla doğmuştur. Bu çalışmalarla birlikte içerisinde içgörü, ahlak, azim, dürüstlük gibi bir takım değerlerin önemi yeniden kavranmaya başlanmıştır (Seligman, 2002). Son yıllarda giderek önemi artan bu kavramlardan biride psikolojik sağlamlıktır. Yaşamda insan beklenmedik bir anda çeşitli olumsuz yaşantılarla karşı karşıya kalabilmektedir. İnsanlar travma veya istem dışı değişimle karşı karşıya kaldıklarında üç farklı psikolojik tepki geliştirmektedirler. Bu tepkiler, (a) stres kaynaklarına yenik düşme, (b) psikolojik sağlamlık ya da travma sonrası stres bozukluğu gösterme, (c) travma sonrası gelişim sergileme olarak sıralanmaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2011). Özellikle son yıllarda ruh sağlığı alanında olumsuz yaşam koşullarına rağmen başarılı bir uyum gösteren bireylere ilişkin yapılan çalışmalardaki artış beraberinde psikolojik sağlamlık kavramını da getirmiş ve önemini arttırmıştır.

Bireyin olumlu yaşantıları, duyguları, kişilik özellikleri ve deneyimleri ile güçlü yönleri üzerine (Duckworth, Steen ve Seligman, 2005; Meredith ve ark., 2011) odaklanan pozitif psikolojinin ilgilendiği önemli kavramlardan bir tanesi olan psikolojik sağlamlık kavramı, yapılan çalışmalarda gerek kavramsal gerekse yöntemsel anlamda oldukça karmaşık bir yapı göstermektedir (Nasvytienė, Lazdauskas ve Leonavičienė, 2012). Alanyazın incelendiğinde, psikolojik sağlamlığa ilişkin birçok tanımın yapıldığı görülmektedir. Araştırmacılardan bazıları psikolojik sağlamlığı olumsuz yaşantılara rağmen olumlu uyum gösterebilme, olumlu sonuçlar ortaya koyabilme, işlevlerini sürdürebilme ve kendini toparlayabilme (Bonanno, 2004; Masten, 2001; Rutter, 1999; Smith ve ark., 2008) olarak tanımlarken diğer bazı araştırmacılar ise, psikolojik sağlamlığı önemli değişim, olumsuzluk veya risklerle karşılaşıldığında bireyin başarılı bir şekilde bunlarla başa çıkabilme yeterliliği veya kapasitesi (Stewart, Reid ve Mangham, 1997) olarak tanımlamaktadır. Bir başka tanıma göre de psikolojik sağlamlık ekolojik açıdan bireyin olumsuz yaşantılar karşısında psikolojik, sosyal ve kültürel kaynaklarını yönetebilme (navigate) kapasitesi ve sağlamış olduğu bu kaynakları anlamlı şekilde kullanarak zor durumları aşabilme (negotiate) becerisidir (Ungar,

2008). Alanyazında üzerinde uzlaşılan bir tanımı olmamasına rağmen, psikolojik sağlamlığın risk faktörleri, koruyucu faktörler ve başa çıkmayı içeren, olumlu uyumla ilişkili bir kavram olduğu belirtilmektedir (Fergus ve Zimmerman, 2005). Risk faktörleri olumsuz koşullar altında yaşayan bireylerin uyumunu sekteye uğratma potansiyeline sahip kişisel ve çevresel özelliklerdir (Gizir, 2007; Iwaniec, 2006). Bireyin yaşamında uyumsuzluğa neden olan ve bireye ait genetik, biyolojik, psikolojik, çevresel ve sosyoekonomik değişkenlerin - erken doğum, ebeveynlerin ayrılması, boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile birlikte yaşamak, ergenlik döneminde anne olma, düşük sosyoekonomik düzey gibi - tümünü kapsamaktadır (Gizir, 2007; Schoon, 2006). Koruyucu faktörler ise, olumsuz bir durumun etkisini azaltan ya da ortadan kaldıran, bu durumlarla bireyin başa çıkmasında etkili olan faktörlerdir. Diğer bir deyişle risk faktörlerinin etkisini ortadan kaldıran veya uyumsuz sonuçların doğma olasılığını azaltan faktörler koruyucu faktörler olarak tanımlanmaktadır (Iwaniec, 2006; Masten ve Reed, 2002). Son olarak olumlu sonuç kavramı gelişimsel açıdan bireyin yaşına uygun gelişimsel görevleri başarılı bir şekilde yerine getirmesidir (Gizir, 2007). Sonuç olarak psikolojik sağlamlık bireyin yaşamında olumsuz sonuçlara neden olabilecek yaşantılar karşısında bireysel, ailesel ve sosyal kaynaklarını kullanarak başa çıkabilme ve bu yaşantılar sonrasında uyum sağlayarak işlevlerini sürdürebilme becerisi ve kapasitesi olarak tanımlanabilir. Bu kapasite ve beceri zamanla değişebilmekte veya gelişebilmekte; bireyin sahip olduğu bireysel, ailesel ve sosyal faktörler ile güçlenebilmekte veya artabilmektedir.

Araştırmacılar tarafından olumsuz deneyimlere sahip bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek amacıyla çeşitli ölçme araçları geliştirilmiştir. Ancak bu ölçme araçlarının birçoğu psikolojik sağlamlığın çok boyutlu ve karmaşık yapısını ölçmede yetersiz kalmaktadır. Bu durum psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek bireylerin kişisel, ailesel, sosyal ve kültürel niteliklerini belirlemeye yönelik kapsamlı ölçme araçlarına gereksinim oluşturmaktadır (Arslan, 2015a; Liebenberg, Ungar ve LeBlanc, 2013). Ayrıca yetişkinlikte bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin belirlenmesi, olumsuz yaşantılar sonrası ortaya çıkabilecek olumsuz sonuçlara yönelik önleyici ve müdahale çalışmaları için önemli bir temel teşkil etmektedir. Bu amaca yönelik ülkemizde yetişkinler için Psikolojik Sağlık Ölçeği (Basım ve Çetin, 2010), Ego Sağlık Ölçeği ve Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği (Kararımak, 2007; 2010) gibi uyarlama çalışması yapılmış ölçme araçlarının olduğunu söyleyebiliriz. Fakat ölçme aracı geliştirme ve uyarlama çalışmalarına rağmen, hangi ölçme aracının psikolojik sağlamlığı ölçmede en uygun olduğu konusunda herhangi uzlaşma bulunmamaktadır (Windle, Bennett ve Noyes, 2011). Dolayısıyla psikolojik sağlamlığın çok

boyutlu olarak ölçülebilmesi için alanyazında yeni ölçme araçlarına gereksinim olduğu söylenebilir. Ayrıca bu ölçme araçlarının bireysel kaynaklar gibi belirli bir alan üzerinden geliştirilmiş olması bireysel, ailesel, sosyal ve kültürel kaynakları içerecek, çok boyutlu bir ölçme aracına gereksinim doğurmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada ekolojik modele dayalı Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ-28; Arslan, 2015b; Ungar ve Liebenberg, 2011) yetişkin formu Türkçe'ye uyarlanmıştır. Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin orijinali ile ilgili çalışmalara bakıldığında madde düzenlemesinin yapıldığı ancak geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarının gerçekleştirilmediği görülmüştür. Bu araştırmada ise öncelikle Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin orijinali Türkçeye çevrilmiş daha sonra ölçeğin Türkçe formuna ait geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yürütülmüştür. Bu çalışmada Türkçeye uyarlama çalışmaları yapılan Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin, psikolojik sağlık ile ilgili çalışmalara katkısı olacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu yaşları 21 ile 48 arasında değişen 470 kişi oluşturmaktadır. Veri analizi öncesinde SPSS 22 programı kullanılarak veri seti rastgele iki gruba ayrılmıştır. Ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi için birinci grupta yer alan katılımcılar, ikinci grupta yer alan katılımcılar ise doğrulayıcı faktör analizi için kullanılmıştır. Birinci grupta 207 yetişkin yer almıştır. Katılımcıların yaşları 21 ile 48 arasında değişmektedir (Ortalama= 25.69, standart sapma= 4.26). Birinci grup 86'sı (%41.5) kadın ve 121'i (%58.5) erkek katılımcılardan oluşmaktadır. İkinci grupta yaşları 20 ile 44 arasında değişen 263 katılımcı yer almıştır. Katılımcıların 144'ü (%54.8) kadın ve 119'u (%44.2) erkektir (Ortalama= 24.82, standart sapma= 4.45).

Ölçme araçları

Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği (ÇGPSÖ-28; Arslan, 2015b; Ungar ve Liebenberg, 2011) temel alınarak yetişkin formu oluşturulmuştur (Resilience Research Centre, 2013). Ölçek önce araştırmacı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve Eğitim Bilimleri alanından üç öğretim üyesi tarafından yeniden Türkçeden İngilizceye çevrilmiştir. Son olarak her iki dili etkili bir şekilde kullanabilen alandan diğer bir öğretim üyesi tarafından çeviriler karşılaştırılarak ölçeğe son şekli

verilmiştir. Son olarak ölçeğin dil geçerliği kapsamında ölçme aracının orijinal formu ile Türkçe formu arasındaki korelasyon değeri .82 olarak bulunmuştur. Beşli Likert yapıda olan ölçme aracı “*Beni tamamen tanımlıyor (5)*” ile “*Hiç tanımlamıyor (1)*” arasında derecelendirilmektedir. Yüksek puan yüksek psikolojik sağlık düzeyini belirtmektedir

Benlik Saygısı Ölçeği: Kişinin benlik saygısını ölçmek amacıyla Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Rosenberg tarafından geliştirilen ölçeğin 10 maddelik alt ölçeği olan benlik saygısı ölçeği bu çalışmada kullanılmıştır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeğin iç tutarlık katsayısı .71, test-tekrar test değeri ise .75 olduğu belirtilmiştir. Bu çalışmada iç tutarlık katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Ölçme aracı yaşam doyumunu ölçmek amacıyla Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş olan ölçek kullanılmıştır. Ölçeğin geçerlilik-güvenirlik çalışması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları sonucunda; test-tekrar test güvenirliği $r=.85$, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .81 olarak belirlenmiştir. Ölçekte beş madde bulunmaktadır. Birle yedi arasında derecelendirilen ölçekte toplamda 5 ile 35 arası puan alınabilmektedir (Köker,1991). Bu çalışmada iç tutarlık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği: Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği, her bir maddesi 1 ile 5 arasında derecelendirilen 10 olumlu ve 10 olumsuz maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin uyarlama çalışmasında, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı olumsuz duygular için .83, olumlu duygular için .86 bulunmuştur. Elde edilen olumlu ve olumsuz duygu puanları birlikte kullanılabileceği gibi bir birinden bağımsız şekilde de kullanılabilmektedir (Gençöz, 2000).

Veri toplama ve analiz süreci

Ölçme araçları katılımcılara elektronik posta yolu ile sanal ortamda uygulanmıştır. Süleyman Demirel Üniversitesi'nde pedagojik formasyon eğitimi gören 600 kişiye araştırmanın amacı ve ölçme araçları hakkında bilgi verilmiş, kabul eden 547 kişiye veri toplama araçları mail yolu ile gönderilmiştir. Risk faktörlerini belirlemek amacıyla katılımcılara yapılan çalışmalardan hareketle (Gizir, 2007) olumsuz yaşantılara ilişkin sorular içeren bir form uygulanmıştır. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%86) risk faktörü olarak düşük sosyo-ekonomik düzey, ekonomik zorluklar ve yoksulluk, katılımcıların yaklaşık %14'ü ise risk faktörü olarak depresyon, anne-baba kaybı, boşanma gibi faktörleri belirtmiştir. Bu nedenle bu

çalışmada olumsuz yaşantı olarak yoksulluk alınmıştır. Diğer katılımcılar analiz dışı bırakılmıştır. Veri analiz süreci iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada ölçeğin faktör yapısı incelenmiştir. Verilerin analizinde açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Diğer aşamada ölçeğin ölçüt geçerliği ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğin iç tutarık ve test-tekrar test değerlerine bakılmıştır. Ölçme aracına ilişkin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, Ki-kare (χ^2), χ^2 /sd oranı, iyilik uyum indeksi (GFI), normlaştırılmış uyum indeksi (NFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü (SRMR), fazlalık uyum belirteci (IFI) ve yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA) aracılığıyla değerlendirilmiştir. χ^2 /sd oranının 3'ten, RMSEA ve SRMR'nin .05'ten küçük değerler alması iyi bir uyuma karşılık gelmektedir. Uyum kriterleri açısından GFI, CFI, TLI, NFI ve RFI'nin .95 ve üzeri iyi uyuma, .90 ve üzeri kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği belirtilmektedir (Hoe, 2008; Kline, 2011; Raykov ve Marcoulides, 2006). Ölçme aracına ilişkin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması SPSS 22 ve LISREL 8.8 programları aracılığıyla incelenmiştir.

Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Faktörleştirme tekniği olarak da temel bileşenler analizi uygulanmıştır. Daha önce ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yetişkinler üzerinde yapılmamış olması nedeniyle bu çalışmada faktör yapısı yeniden incelenmiştir. İlk analiz sonrası ölçeğin beş faktörlük bir dağılım gösterdiği görülmüştür. Faktör dağılımına ilişkin çizgi grafiği incelendikten sonra ölçeğin dört faktörlük yapıya sahip olduğu görülmüştür. Buradan hareketle ölçeğin faktör yapısı dört faktör ile sınırlandırılmış, analiz yenilenmiştir. Madde yükü .45'ten büyük olan maddeler analize dahil edilmiştir.

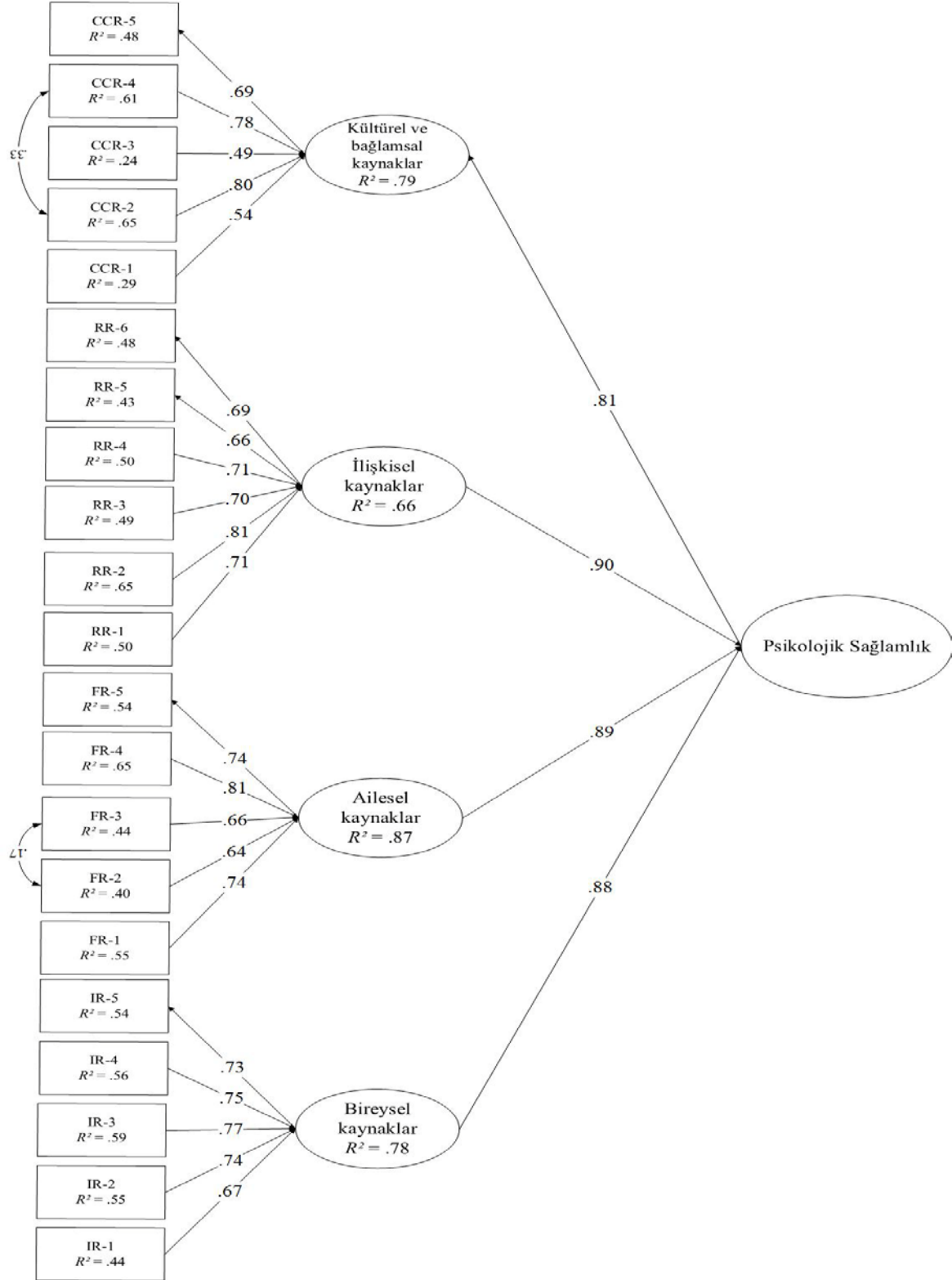
Açımlayıcı faktör analizi öncesinde maddeler arasında kısmi korelasyonların ve korelasyon matrisinin faktör analizi için uygun olup olmadığı Kaiser-Meyer- Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett testi ile incelenmiştir. Analiz sonuçları Kaiser Meyer Olkin değerinin .91 olduğu görülmüş, Barlett testi sonucu, ($\chi^2 = 2718.17$; $sd = 231$; $p = .00$) anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlar verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiği ve korelasyon matrisinin faktör analizi için uygun olduğunu göstermiştir. Madde yükü 45'ten küçük olan ve kuramsal olarak tanımlanan boyutta yer almayan 7 madde analiz dışı bırakılmıştır. Açımlayıcı faktör

analizi sonuçları ölçeğin 21 madde ve dört faktörlük yapısının toplam varyansın %65'ini açıkladığı görülmüştür. Madde faktör yükleri .53 ile .83 arasında değişmektedir (Tablo 1).

Tablo 1. Ölçeğin Madde Toplam Korelasyon Değerleri ve Faktör Yüklerine İlişkin Sonuçlar

Ölçek maddeleri	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4	Madde toplam korelasyon
İK1	.756				.617
İK2	.704				.634
İK3	.648				.652
İK4	.633				.653
İK5	.580				.640
İK6	.554				.644
BK1		.787			.578
BK2		.758			.599
BK3		.688			.674
BK4	.472	.635			.661
BK5		.634			.649
KBK1			.832		.723
KBK2			.752		.663
KBK3			.743		.601
KBK4			.608		.610
KBK5			.571		.515
AK1				.754	.675
AK2				.739	.653
AK3				.711	.438
AK4	.488			.665	.635
AK5	.484			.508	.576
Açıklanan varyans	%45.05	%8.87	%6.23	%5.02	%65.18
Öz değer	9.46	1.86	1.31	1.06	

Not: Faktör yükü $\leq .45$ olarak alınmıştır. Birinci faktör ilişkisel kaymaları, ikinci faktör bireysel kaynakları, üçüncü faktör kültürel ve bağlamsal(contextual) kaynakları ve son faktör ise ailesel kaynakları ifade etmektedir.



Şekil 1. Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'ne ilişkin standardize edilmiş parametre değerleri

YPSÖ'ne ilişkin doğrulayıcı faktör analiz sonuçları incelendiğinde, t değerlerinin ve χ^2 değerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür. χ^2 ve sd değerlerinin bir birine

oranlandığında, χ^2/sd (355.30/180) oranının 1.97, RMSEA değerinin, .060 (RMSEA için %90 güven aralığı, .052-.070) ve SRMR değerinin .048 olarak hesaplanmıştır. Diğer uyum indekslerine bakıldığında, GFI, NFI, CFI, RFI ve IFI değerlerinin iyi düzeyde uyum ürettiği bulunmuştur [GFI= .90, NFI= .96, CFI= .98, IFI= .98, RFI= .96]. Sonuç olarak doğrulayıcı faktör analizi sonucu 21 maddelik modelin yeterli düzeyde uyuma sahip olduğunu göstermiştir. Faktör analizine ilişkin standardize edilmiş parametre değerleri Şekil 1'de verilmiştir.

Yapılan çalışmalar psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu, duygular ve benlik saygısı ile yakından ilişkili olduğunu desteklemektedir (Dumont ve Provost, 1999; Kararımak ve Çetinkaya, 2011; Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels ve Conway, 2009; Ülker ve Receptoğlu, 2013; Zautra, Johnson ve Davis, 2005). Dolayısıyla bu çalışmada ölçeğin ölçüt geçerliği için yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygular ve benlik saygısı kullanılmıştır. Ölçeğin yaşam doyumu ile .50, olumlu duygular ile .40, olumsuz duygular ile -.33 ve benlik saygısı ile .42 düzeyinde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlamlık, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Değişkenler arasındaki korelasyon değerleri

	Yaşam doyumu	Benlik saygısı	Olumlu duygular	Olumsuz duygular
Psikolojik sağlamlık	.498**	.419**	.402**	-.332**
İlişkisel kaynaklar	.403**	.440**	.409**	-.288**
Bireysel kaynaklar	.476**	.328**	.389**	-.273**
Kültürel ve bağlamsal kaynaklar	.329**	.212**	.240**	-.148**
Ailesel kaynaklar	.455**	.390**	.356**	-.206**

** $p < .001$.

Ölçeğin güvenilirlik çalışması kapsamında iç tutarlık ve test-tekrar test çalışması yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alpha değeri .94 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test çalışması 65 yetişkin üzerinde yürütülmüştür. İki hafta arayla yapılan uygulama sonrası korelasyon katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Ölçek ve alt ölçeklere ilişkin güvenilirlik çalışması sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Güvenirlik çalışmasına ilişkin bulgular

	1	2	3	4	5
1.Psikolojik sağlık	1	.854**	.857**	.901**	.800**
2.Bireysel kaynaklar		1	.620**	.723**	.619**
3.Ailesel kaynaklar			1	.724**	.548**
4.İlişkisel kaynaklar				1	.594**
5.Kültürel ve bağlamsal kaynaklar					1
Cronbach's alpha	.94	.85	.84	.86	.82
Test-tekrar test	.85**	.71**	.79**	.74**	.64**

** $p < .001$.

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu çalışmada, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin psikometrik incelenmiştir. Analiz sonuçları ölçek maddelerinin dört faktörde toplandığını göstermiştir. Ölçeğin dört faktörlük yapısının iyi düzeyde uyum değerleri ürettiği görülmüştür. Güvenirlik çalışması kapsamında iç tutarlık katsayısı incelenmiştir. Sonuç olarak elde edilen bulgular, ölçeğin ülkemizde yetişkinlerde psikolojik sağlamlığı ölçmede güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

Ölçeğin daha önce yetişkin formunun faktör yapısının incelenmemesi nedeniyle, ilk olarak açımlayıcı faktör analiz ile faktör yapısı belirlenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, ölçeğin toplam varyansın %65'ini açıklayan dört faktörlük bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Birinci faktör ilişkisel kaynaklar, ikinci faktör bireysel kaynaklar, üçüncü faktör kültürel ve bağlamsal (contextual) kaynaklar ve son faktör ise ailesel kaynaklar yer almıştır. Ölçeğin madde faktör yükleri .53 ile .83 arasında değişmektedir. Madde yük değerlerinin, .45'ten daha yüksek olması madde seçimi için iyi bir ölçüt olarak değerlendirilebilir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012). Bu açıdan ölçek maddelerinin temsil edebilirlik gücünün yüksek olduğu görülmektedir. Sonuç olarak bu çalışma kapsamında elde edilen bulgular, ölçeğin temsil edebilme gücü yüksek madde yüklerine sahip olduğunu göstermiştir.

Ölçeğin ölçüt geçerliliği kapsamında benlik saygısı ve yaşam doyumu kullanılmıştır. Psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu ile .50, olumlu duygular ile .40, olumsuz duygular ile -

.33 ve benlik saygısı ile .42 düzeyinde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde yapılan çalışmaların psikolojik sağlık düzeyi yüksek bireylerin daha olumlu bir benlik saygısı (Arslan, 2015b; Dumont ve Provost, 1999; Kararımak ve Çetinkaya, 2011), yüksek olumlu duygu, düşük olumsuz duygu (Arslan, 2015b; Kararımak, 2007; Kararımak ve Çetinkaya, 2011; Zautra ve ark., 2005) ve yüksek yaşam doyumuna (Cohn ve diğ.,2009; Ülker ve Receptoğlu, 2013) sahip olduklarını desteklemektedir. Buradan hareketle elde edilen bu sonuçların ölçeğin ölçüt geçerliliğini desteklediği görülmektedir.

Son olarak ölçeğin güvenirlilik çalışması kapsamında iç tutarlık ve test-tekrar test değerleri incelenmiştir. Ölçeğin Cronbach alpha değeri .94 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Alt ölçekler için iç tutarlık katsayısı .82 ile .86 ve test-tekrar test katsayısı .64 ile .79 arasında değiştiği bulunmuştur. Sosyal bilimlerde iç tutarlık katsayısının .70 ve üzeri olması ölçeğin oldukça güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2010). Buradan hareketle ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu söylenebilir.

Sonuç olarak elde edilen sonuçlar ülkemizde yetişkinlerde psikolojik sağlamlığı değerlendirmede ölçme aracının kullanılabileceğini göstermektedir. Ölçme aracındaki madde sayısının az olması ve psikolojik sağlamlığı sosyoekolojik açıdan ele alması, yapılacak araştırmalara ilişkin uygulamalarda araştırmacı ve katılımcılar açısından önemli avantajlar sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca olumsuz yaşantılar sonrasında bireylere yönelik düzenlenecek müdahale çalışmalarında ölçeğin önemli yer edineceği düşünülmektedir. Bununla birlikte bu çalışmadan elde edilen sonuçlar birtakım sınırlılıklar içerisinde değerlendirilmelidir. Bu çalışmada veriler Isparta ilinde yaşayan yaşları 21 ile 48 arasında değişen bireyler üzerinde yapılmıştır. Ülkemizin sosyodemografik yapısı dikkate alındığında kültürel yapıda bölgesel farklılıkların olabileceği göz önünde tutulmalıdır. Bu nedenle daha farklı bölgelerden toplanacak veriler üzerinde ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi yararlı olacaktır. Ayrıca bu çalışmanın farklı kültürlerde de yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada risk faktörü veya olumsuz yaşantı olarak yoksulluk alınmıştır. Dolayısıyla farklı olumsuz yaşantılara - istismar, savaş gibi - maruz kalan bireyler üzerinde ölçeğin geçerlik ve güvenirlilik çalışmasının yapılması alanyazında önemli katkı sağlayacaktır. Son olarak bu çalışma yetişkinler üzerinde yürütülmüştür. Ülkemizde yaşlı nüfusu giderek artmaktadır. Dolayısıyla ölçeğin psikometrik özelliklerinin yaşlılık döneminde incelenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Arslan, G. (2015a). Çocuk ve genç psikolojik sağlık ölçeğinin (ÇGPSÖ-12) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16 (1): 1-12.
- Arslan, G. (2015b). Ergenlerde psikolojik sağlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 149-158.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). The reliability and validity of the Resilience Scale for Adults-Turkish Version. *Turkish Journal of Psychiatry*, 22(2), 1-9.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A. ve Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361-368.
- Çokluk, Ö., Sekercioglu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Hacettepe Üniversitesi Tıp Fak, Psikiyatri ABD, Ankara.
- Duckworth, A. L., Steen, T. A. ve Seligman, M.E.P. (2005). Positive psychology in clinical practice, *Annual Rev. Clin. Psychol*, 1,629–651.
- Dumont, M. ve Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of youth and adolescence*, 28(3), 343-363.
- Fergus, S. ve Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu. Rev. Public Health*, 26, 399-419.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerinde bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28),113-128.
- Hefferon, K. ve Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. Mcgraw-Hill International.
- Hoe, S. L. (2008). Issues and procedures in adopting structural equation modeling technique. *Journal of Applied Quantitative Methods*, 3(1), 76-83.
- Iwaniec, D. (2006). *The emotionally abused and neglected child: identification, assessment and intervention a practice handbook*, England: John wiley & Son, Ltd.
- Kararımak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University, Ankara.
- Kararımak, Ö. (2010). Establishing the psychometric qualities of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis in a trauma survivor sample. *Psychiatry Research*, 179(3), 350-356.
- Kararımak, Ö. ve Çetinkaya, R. S. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-41.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practices of structural equation modeling*. New York: The Guil-Ford Press.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)Üniversite adı, enstitü adı eklenmeli Ankara.

- Liebenberg, L., Ungar, M. ve LeBlanc, J. C. (2013). The CYRM-12: A brief measure of resilience. *Can J Public Health, 104*(2), e131-e135.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist, 56*(3), 227-???
- Masten, A. S. ve Reed, M. G. (2002). Resilience in development. İçinde S. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.). *The handbook of positive psychology*.(ss. 74-88) England: Oxford University Press.
- Meredith, L. S., Sherbourne, C. D., Gaillot, S., Hansell, L., Ristchard, H., Parker, A. M. ve Wrenn, G. (2011). *Promoting psychological resilience in the U.S. Military, RAND Corporation, Santa Monica.*
- Nasvytienė, D., Lazdauskas, T. ve Leonavičienė, T. (2012). Child's resilience in face of maltreatment: A meta-analysis of empirical studies. *Psichologija/Psychology, 46*, 7-26.
- Raykov, T. ve Marcoulides, G. A. (2006). *A first course in structural equation modeling*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Ass.
- Resilience Research Centre (2013). *The Adult Resilience Measure: User Manual*. Halifax, NS: Resilience Research Centre, Dalhousie University.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of Family Therapy, 21*(2), 119-144.
- Schoon, I. (2006). *Risk and resilience: Adaptations in changing times*. Cambridge University Press.
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. İçinde C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of positive psychology* (ss. 3–9). New York: Oxford University
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine, 15*, 194–200.
- Stewart, M., Reid, G. ve Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing, 12*(1), 21-31.
- Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work, 38*(2), 218-235.
- Ungar, M. ve Lienbenberg, L. (2011). Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the Child and Youth Resilience Measure. *Journal of Mixed Methods Research, 5*(2), 126-149
- Ülker T. G. ve Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 3*(3), 205-213.
- Windle, G., Bennett, K. M. ve Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes, 9*(8), 1-18.
- Zautra, A. J., Johnson, L. M., ve Davis, M. C. (2005). Positive affect as a source of resilience for women in chronic pain. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73*(2), 212-220