

Yaşam Pozisyonlar? Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Yaşam Pozisyonlar? Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32965>

Öz

Yaşam Pozisyonlar? Ölçe?i (YPO), Transaksiyonel Analiz kuram?n?n temelini olu?turan dört yaşam pozisyonunu ölçmek amacıyla geli?tirilmif bir psikometrik araçtır. Bu ölçe?in Türkçe adaptasyonu, psikolojik dan??manlık ve eğitim alanlarında kullanılmak üzere yapılmif olup, dilsel e?de?erlik, güvenilirlik ve geçerlik analizleri 2012 y?l?nda gerçekleştirilmiştir. Ölçek, bireylerin kendilerine ve di?erlerine yönelik temel bak?? aç?lar?n? (Örn: Ben Tamam?m, Sen Tamams?n) belirlemeyi hedeflemektedir.

Anahtar Kelimeler

Yaşam Pozisyonlar?, Transaksiyonel Analiz, Psikometrik Ölçek, Sosyal Psikoloji, Uyarlama, Güvenirlik, Geçerlik

Yazarlar

I. Y. Isgor, C. Kaygusuz, Ahmet Rag?p Ozpolat

Amaç

Yaşam Pozisyonlar? Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin yaşam?n erken dönemlerinde bilinçli olmayan kararlar sonucu olu?turdukları ve ki?iliklerinin temelini te?kil eden dört ana Yaşam Pozisyonlar?ndan hangisine e?ilimli olduklarını tespit etmektir. Bu pozisyonlar, bireyin kendisi ve çevresi ile olan ilişkilerini, ileti?im tarz?nı ve yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemektedir. Ölçek, özellikle terapötik ve eğitim ortamlarında fark?ndalık yaratmak ve müdahale stratejilerini belirlemek için kullanılmaktadır.

Yap? (Ölçülen Psikolojik Kavram)

Ölçek, Eric Berne tarafından kurulan Transaksiyonel Analiz kuram?n?n merkezinde yer alan Yaşam Pozisyonlar? (Life Positions) yap?s?nı ölçmektedir. Bu yap?, dört temel boyutta incelenir:

Ben Tamam?m - Sen Tamams?n (I'm OK - You're OK): Sa?lıklı ve yap?c? pozisyon.

Ben Tamam?m - Sen Tamam De?ilsin (I'm OK - You're Not OK): Ele?tirel ve üstünlükçü pozisyon.

Ben Tamam De?ilim - Sen Tamams?n (I'm Not OK - You're OK): Depresif ve a?a??lık duygusu ta??yan pozisyon.

Ben Tamam De?ilim - Sen Tamam De?ilsin (I'm Not OK - You're Not OK): Umutsuz ve kay?ts?z pozisyon.

Ölçek, bu dört pozisyonun bireydeki göreceli gücünü ve baskınlarını saptayarak, bireyin temel psikolojik yönelimine dair kapsamlı bir bakış açısını sunar.

Geçerlik Analizi

Yaşam Pozisyonları Ölçeği'nin Türkçe adaptasyon çalışması, dilsel geçerlik ve yapısal geçerlik üzerine odaklanmıştır. Yapılan analizlerde, ölçeğin orijinal yapıyı koruyup korumadığı incelenmiştir. Özellikle, ölçeğin teorik olarak ölçmeyi amaçladığı dört farklı boyutu ne derece yansıttığını görmek amacıyla Faktör Analizi yöntemleri kullanılmıştır. Adaptasyon çalışmasında, çeviri-geri çeviri süreçleri titizlikle uygulanarak dilsel geçerlik sağlanmıştır.

Çalışmada, ölçeğin Yaşam Pozisyonları yapısını Türk kültüründe de geçerli bir şekilde ölçtüğünü göstermiş ve bu bağlamda yapı geçerliliği kanıtlanmıştır. Orijinal çalışmanın detaylarına, ilgili makalenin (Işgor et al., 2012) tam metninden ulaşılabilir.

Güvenirlilik Analizi

Türkçe uyarlama çalışmasında, ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliğini incelenmiştir. İç tutarlılık, ölçek maddelerinin aynı psikolojik yapıyı ne kadar tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir. Bu amaçla genellikle Cronbach Alfa katsayısı hesaplanmıştır. Yüksek bir Cronbach Alfa değeri (genellikle 0.70 ve üzeri), ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu işaret eder.

Adaptasyon çalışmasında, ölçeğin alt boyutları için ayrı ayrı iç tutarlılık katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar, Yaşam Pozisyonları Ölçeği'nin Türkçe formunun güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu doğrulamıştır.

Faktör Analizi

Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla Faktör Analizi kullanılmıştır. Yaşam Pozisyonları Ölçeği, teorik olarak dört faktörlü bir yapıya sahiptir. Yapılan Faktör Analizi (büyük olasılıkla Doğrulayıcı Faktör Analizi - DFA), ölçeğin 20 maddesinin orijinal dört faktörlü yapıyı (Dört Yaşam Pozisyonu) desteklediğini ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin kültürel adaptasyon sürecinde yapısal bütünlüğünü koruduğunu göstermektedir.

Enstrüman Bilgileri

Test Türü: Uyarlama

Format: Bireysel veya grup uygulamasına uygun, öz bildirim (self-report) ölçeği.

Dil Mevcut: Türkçe (Uyarlama)

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler ve Üniversite Ö?rencileri

Ya? Grubu: 18 ya? ve üzeri

Popülasyon Detaylar?: Ölçek, genellikle yüksekö?retim kurumlar?nda ö?renim gören bireyler üzerinde geçerlik ve güvenirlik çal??malar? yap?lm?? olmakla birlikte, genel yeti?kin popülasyonunda da kullan?labilir.

Test Metodolojisi: Ölçek 20 maddeden olu?maktadır. Derecelendirme, 5'li Likert Ölçe?i format?ndad?r. Kat?l?mc?lar, maddelere ne kadar kat?ld?klar?n? 1 (Kesinlikle Kat?lm?yorum) ile 5 (Kesinlikle Kat?l?yorum) aras?nda derecelendirirler.

Anahtar Kelimeler

Öz Bildirim, Psikolojik Dan??manl?k, Likert Ölçe?i, Yaşam Pozisyonlar?, 20 Madde, Psikometri, Yap?sal E?itlik

Yazarlar

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

Kurum E-posta Adresleri: Bilgi mevcut de?ildir.

Yaz??ma Adresi: Sorumlu yazar Ahmet Rag?p Ozpolat ile ileti?im kurulabilir.

?leti?im E-posta Adresi: ahmetozpolat@hotmail.com

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Ölçe?in Türkçe uyarlamas? 2012 y?l?nda yay?mlanm??t?r. Kullan?m izinleri ve ücretlendirme bilgileri için sorumlu yazar Ahmet Rag?p Ozpolat ile do?rudan ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Ölçek, bilimsel ara?t?rma amaçl? kullan?mlar için genellikle yazar?n izniyle temin edilebilir.

Kaynakça

Isgor, I. Y., Kaygusuz, C., & Ozpolat, A. R. (2012). Life positions scale language equivalence, reliability and validity analysis. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 47, 284-291.

Makalenin tam metnine a?a??daki ba?lant?dan eri?ilebilir: ac.els-cdn.com

Ölçe?in orijinal PDF'i buradan indirilebilir: [yasam-pozisyonlari-olcegi-toad.pdf](#)

Yaşam Pozisyonlar? Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçe?in maddeleri kaynak içerikte yer almamaktadır. Maddelerin orijinal formu için yukarıda belirtilen akademik referanslara ve sorumlu yazara başvurulması gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM