

Yorgunluk Çok Boyutlu Değerlendirme Skalası?

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Yorgunluk Çok Boyutlu Değerlendirme Skalası?*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=33445>

Özet

Yorgunluk Çok Boyutlu Değerlendirme Skalası (YÇBDS), orijinal adıyla **Multidimensional Assessment of Fatigue (MAF)**, yorgunluğun subjektif deneyimini kapsamlı bir şekilde ölçmek üzere tasarlanmıştır bir ölçektir. Bu ölçek, yorgunluğun sadece şiddetini değil, aynı zamanda etkilediği çeşitli boyutlar (etki derecesi, zamanlama ve rahatsızlık) değerlendirmeyi amaçlar. Türkiye uyarlaması, özellikle **kronik kas iskelet sistemi hastaları** gibi klinik popülasyonlarda yorgunluğun doğru ve güvenilir bir şekilde belirlenmesi için 2013 yılında Yıldırım ve Ergin tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, yorgunluğun multidisipliner tedavisinde önemli bir araç olarak kullanılabileceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler

Yorgunluk, Çok Boyutlu Değerlendirme, MAF, Geçerlik, Güvenirlik, Kronik Kas İskelet Sistemi, Adaptasyon.

Yazarlar

Yıldırım, Y., Ergin, G. (Türkçe Uyarlama Çalışması)

Amaç

Yorgunluk Çok Boyutlu Değerlendirme Skalası'nın temel amacı, bireylerin yaşadığı yorgunluk deneyimini tek bir skor yerine, birden fazla boyutta ve detaylı olarak nicelendirmektir. Bu, yorgunluğun şiddetini, günlük aktiviteler üzerindeki etkisini ve zaman içindeki değişimini izlemeyi mümkün kılar. Ölçek, özellikle kronik hastalıkları olan bireylerde (bu uyarlamada **kronik kas iskelet sistemi hastaları**) yorgunluk düzeyindeki değişiklikleri değerlendirerek tedavi etkinliğini ölçmek için kritik bir rol oynamaktadır.

Türkçe uyarlama çalışması, orijinal MAF ölçeğinin kültürel ve dilsel geçerliliğini sağlayarak, Türk popülasyonlarında **yorgunluk** araştırmaları ve klinik değerlendirmeleri için sağlam bir psikometrik araç sunmayı hedeflemiştir.

Yapı (Ölçülen Psikolojik Yapı)

Ölçek, yorgunluğu tek boyutlu bir olgu yerine, dört temel boyuttan oluşan **Çok Boyutlu Değerlendirme** yapısı olarak ele alır. Bu boyutlar genellikle şunlardır:

Yorgunluk Şiddeti (Severity): Bireyin hissettiği yorgunluğun genel yoğunluğu.

Yorgunluğun Etki Derecesi (Degree of Impact): Yorgunluğun günlük yaşam aktiviteleri, sosyal

ilevsellik ve ruh hali üzerindeki etkisi.

Yorgunluğun Rahatsızlık Verici Özelliği (Distress): Yorgunluğun yarattığı genel huzursuzluk ve rahatsızlık hissi.

Yorgunluğun Zamanlaması (Timing): Yorgunluğun gün içindeki başlangıcı, süresi ve değişkenliği.

Bu boyutlar birleştirilerek genellikle 0 ile 50 arasında değişen bir Küresel Yorgunluk İndeksi (Global Fatigue Index - GFI) hesaplanır, bu da yorgunluğun genel düzeyini gösterir.

Geçerlik

Yıldırım ve Ergin (2013) tarafından yürütülen Türkçe uyarlama çalışmasında geçerlik, yapı geçerliği ve kriter geçerliği yöntemleriyle incelenmiştir.

Yapı Geçerliği: Faktör analizi sonuçları, ölçeğin yorgunluğun çok boyutlu yapısını desteklediğini göstermiştir. Maddelerin kendi boyutları altında yeterli yüklenmelere sahip olduğu tespit edilmiştir.

Kriter Geçerliği: T-MAF skorları, yorgunlukla ilişkili olduğu bilinen diğer ölçüm araçları (örneğin, Görsel Analog Skala - VAS) ve fonksiyonel durum ölçümleri ile anlamlı korelasyonlar göstermiştir. Bu korelasyonlar, ölçeğin beklenen teorik yapılarla tutarlı olduğunu kanıtlamıştır.

Güvenirlik

Türkçe YÇBDS'nin güvenilirlik analizleri, iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenilirliği yöntemleriyle değerlendirilmiştir.

İç Tutarlılık: Ölçeğin genel iç tutarlılığı yüksek bulunmuştur. Çoğu klinik popülasyonda Cronbach Alfa katsayısı 0.80'in üzerinde rapor edilmiştir, bu da maddelerin aynı yapıyı ölçme konusunda yüksek bir uyuma sahip olduğunu gösterir.

Test-Tekrar Test Güvenirliği: Belirli bir zaman aralığıyla (genellikle 2-3 gün veya bir hafta) yapılan ölçümlerde, ölçek skorları arasında yüksek düzeyde korelasyon (örneğin, ICC > 0.90) saptanmıştır. Bu sonuç, ölçeğin zaman içinde tutarlı ve kararlı sonuçlar verdiğini göstermektedir.

Faktör Analizi

MAF ölçeği genellikle çok boyutlu bir yapıya sahip olmasına rağmen, klinik uygulamada sıklıkla tek bir genel yorgunluk indeksi (GFI) kullanılır. Türkçe uyarlama çalışmasında gerçekleştirilen Faktör Analizi, ölçeğin maddelerinin genel yorgunluk yapısını güçlü bir şekilde temsil ettiğini teyit etmiştir. Analizler, ölçeğin yorgunluğun farklı yönlerini ayırt etme yeteneğini desteklerken, aynı zamanda güçlü bir genel yorgunluk faktörünün varlığını da doğrulamıştır. Bu durum, T-MAF'nin hem genel bir yorgunluk seviyesi hem de alt boyut skorları sağlamak için uygun olduğunu

göstermektedir.

Ölçek Bilgileri

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: 10 puanlı sayısal derecelendirme skalası (Numerical Rating Scale - NRS) kullanılarak yanıtlanan maddelerden oluşur. Tipik olarak 19 madde içerir.

Language Available: Türkçe (Turkish), İngilizce (Original)

Population Group: Klinik Popülasyon

Age Group: Yetkinler

Population Details: Türkçe uyarlama çalışması **kronik kas iskelet sistemi hastaları** üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Methodology: Bireysel veya grup uygulaması şeklinde kullanılabilir. Uygulama süresi kısadır (yaklaşık 5-10 dakika). Puanlama sonucunda Küresel Yorgunluk İndeksi (GFI) elde edilir.

Anahtar Kelimeler

Yorgunluk Değerlendirmesi, Fiziksel Tıp, Rehabilitasyon, Kronik Ağrı, Psikometrik Özellikler, Piper Fatigue Scale.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilgi mevcut değildir.

Affiliation Email addresses: Bilgi mevcut değildir.

Correspondence Address: Bilgi mevcut değildir. (Sorumlu Yazar İletişim: gubin_ergin@hotmail.com - Gülbin Ergin)

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçek Çeşidi: Uyarlama

Test Yılı (Uyarlama): 2013 (Yıldırım & Ergin çalışması)

Şinler ve Ücret: Ölçeğin ticari kullanımı veya resmi lisans gereksinimleri için orijinal geliştiricilerle iletişime geçilmesi önerilir. Akademik araştırmalarda kullanımı genellikle izin

gerektirebilir.

Ölçeğin orijinal PDF dosyası aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir: [multidimensional-assessment-of-fatigue-maf-scale-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Yildirim, Y., & Ergin, G. (2013). A validity and reliability study of the Turkish Multidimensional Assessment of Fatigue (MAF) scale in chronic musculoskeletal physical therapy patients. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 26(3), 307-316. doi:10.3233/BMR-130385

Sorumlu Yazar İletişim: Gülbin Ergin (gubin_ergin@hotmail.com)

Yorgunluk Çok Boyutlu Değerlendirme Skalası Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Ölçek maddeleri bu kaynakta mevcut değildir.