# Zorbal?klarla Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Zorbal?klarla Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=33634

ARABPSYCHOLOGY.COM

## Özet

Zorbal?klarla Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i, bireylerin zorbal?k durumlar?yla kar??la?t?klar?nda kulland?klar? çe?itli davran??sal ve bili?sel ba?a ç?kma yöntemlerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçek, ?smail Seçer taraf?ndan 2015 y?l?nda gerçekle?tirilen kapsaml? bir geçerlik ve güvenirlik çal??mas? sonucunda ortaya ç?km??t?r. Ölçek, toplam 27 maddeden ve zorbal??a verilen tepkileri s?n?fland?ran alt? farkl? boyuttan olu?maktad?r. Bu yap?s?yla, e?itim ve psikoloji alan?ndaki ara?t?rmac?lar için zorbal?kla mücadele ve önleyici rehberlik hizmetlerinin etkinli?ini de?erlendirmede önemli bir rol oynamaktad?r.

## Anahtar Kelimeler

Zorbal?k, Ba?a Ç?kma Stratejileri, Psikometrik Ölçek, Geçerlik, Güvenirlik, Faktör Analizi, Sosyal Destek, Ergenlik.

## Yazarlar

?smail Seçer

## Amaç

Ölçe?in temel amac?, bireylerin maruz kald?klar? zorbal?k olaylar? kar??s?nda gösterdikleri adaptif veya maladaptif davran??sal ve bili?sel tepkileri sistematik bir ?ekilde de?erlendirmektir. Bu de?erlendirme, zorbal?k ma?durlar?n?n kulland??? stratejilerin türünü ve yo?unlu?unu belirleyerek, psikolojik dan??manl?k ve rehberlik alan?nda hedef odakl? müdahale programlar?n?n geli?tirilmesine bilimsel zemin haz?rlamakt?r.

Ölçek, zorbal?kla ba?a ç?kma sürecini sadece tek bir skorla de?il, alt? farkl? boyutta analiz ederek, bireysel farkl?l?klar?n ve kullan?lan stratejilerin çe?itlili?inin anla??lmas?na olanak tan?r. Böylece ara?t?rmac?lar, zorbal?kla ilgili risk ve koruyucu faktörleri daha detayl? inceleyebilirler.

## Yap? (Ölçülen Psikolojik Yap?)

Zorbal?klarla Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i, zorbal?k durumlar?na verilen tepkileri ölçen alt? farkl? psikolojik yap? etraf?nda ?ekillenmi?tir. Bu yap?lar, bireyin durumu kabullenme, aktif olarak çözmeye çal??ma veya kaç?nma e?ilimlerini yans?t?r ve toplam 27 madde ile ölçülür.

**Çaresizlik:** Bireyin zorbal?k kar??s?nda kendini güçsüz, umutsuz ve yetersiz hissetme derecesini ifade eder. (3 madde)
**Yard?m Arama:** Bireyin zorbal?kla ba?a ç?kmak için ö?retmen, okul yönetimi veya uzmanlar gibi

ARABPSYCHOLOGY.COM

resmi kaynaklardan aktif olarak destek isteme e?ilimi. (5 madde)
**Sosyal Destek:** Bireyin aile, arkada? veya yak?n çevresinden duygusal ve pratik sosyal destek alma kapasitesi ve bu deste?i kullanma stratejisi. (7 madde)
**Kaç?nma:** Bireyin zorbal?k durumundan fiziksel veya psikolojik olarak uzakla?ma, görmezden gelme, yok sayma gibi edilgen ba?a ç?kma stratejileri. (3 madde)
**Direnme:** Bireyin zorbal??a kar?? koyma, itiraz etme, kendini savunma veya durumu de?i?tirmeye yönelik aktif, yap?c? stratejileri. (5 madde)
**?yimserlik:** Bireyin zorbal?k durumunun üstesinden gelebilece?ine, durumun geçici oldu?una ve olumlu bir sonuca ula??laca??na dair besledi?i pozitif beklentilere sahip olma derecesi. (4 madde)

## Geçerlik

Ölçe?in yap? geçerli?i, hem Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) hem de Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) yöntemleri kullan?larak kapsaml? bir ?ekilde incelenmi?tir. Bu analizler, ölçe?in teorik beklentilerle uyumlu, alt? boyutlu bir yap?ya sahip oldu?unu göstermi?tir.

Yap?sal analizler sonucunda elde edilen alt? faktörlü model, zorbal?kla ba?a ç?kma stratejilerine ili?kin toplam varyans?n **% 55,19**'unu aç?klamaktad?r. Bu oran, ölçe?in yap?sal aç?klay?c?l???n?n yüksek düzeyde oldu?unu i?aret eder. Ayr?ca, Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) bulgular?, model uyum indekslerinin (fit indices) iyi düzeyde oldu?unu ve ölçe?in kuramsal yap?y? ba?ar?l? bir ?ekilde temsil etti?ini kan?tlam??t?r.

## Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik çal??malar?, iç tutarl?l?k katsay?lar? (Cronbach's Alpha) hesaplanarak raporlanm??t?r. Genel olarak ölçe?in yüksek düzeyde güvenilirli?e sahip oldu?u bulunmu?tur. Ölçe?in tamam? için hesaplanan toplam iç tutarl?l?k katsay?s? **.84** olarak belirlenmi?tir. Bu de?er, ölçe?in maddelerinin tutarl? bir ?ekilde ayn? yap?y? ölçtü?ünü göstermektedir.

Alt boyutlara ait iç tutarl?l?k katsay?lar? da ba??ms?z olarak yüksek de?erler sergilemektedir. Bu durum, her bir alt boyutun kendi özel yap?s?n? güvenilir bir ?ekilde ölçme yetene?ini desteklemektedir:

Sosyal Destek: .85
Direnme: .85
Kaç?nma: .84
Toplam Ölçek: .84
Çaresizlik: .83
?yimserlik: .82
Yard?m Arama: .81

ARABPSYCHOLOGY.COM

## Faktör Analizi

Ölçe?in faktör yap?s?, 27 maddelik veri seti üzerinde Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) ile belirlenmi? ve ard?ndan Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) ile test edilmi?tir. AFA sonuçlar?, ölçe?in alt? temel faktör alt?nda topland???n? ve bu faktörlerin ölçülen yap?y? temsil etmede yeterli oldu?unu göstermi?tir.

Faktör analizi sonuçlar?na göre, alt? boyutlu yap?, zorbal?kla ba?a ç?kma stratejilerine ait toplam varyans?n **% 55,19**'unu aç?klamaktad?r. Bu yap?, 7 maddelik Sosyal Destek boyutundan 3 maddelik Çaresizlik ve Kaç?nma boyutlar?na kadar farkl? stratejileri kapsamaktad?r. DFA sonuçlar?, bu alt? faktörlü modelin yap?sal olarak kabul edilebilir ve güçlü bir model uyumuna sahip oldu?unu do?rulam??t?r.

## Ölçme Arac?

**Test Türü:** Geli?tirme (Özgün bir ölçek çal??mas?d?r)

**Format:** 27 maddeden olu?an, alt? faktörlü bir ki?isel de?erlendirme ölçe?idir. Derecelendirme format? kaynakta belirtilmemi? olup, genellikle Likert tipi ölçekleme kullan?ld??? varsay?lmaktad?r.

**Mevcut Diller:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Ö?renciler ve ergenler (E?itim ortamlar?ndaki zorbal?k çal??malar? ba?lam?nda)

**Ya? Grubu:** Genellikle ortaokul ve lise ö?rencileri (Ergenlik dönemi)

**Popülasyon Detaylar?:** Geçerlik ve güvenirlik çal??mas? Türkiye'deki ö?renci örneklemleri üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

**Test Metodolojisi:** Bireylerin zorbal?k kar??s?ndaki dü?ünce ve davran??lar?n? de?erlendiren **öz-bildirim** (self-report) yöntemiyle uygulan?r.

## Anahtar Kelimeler

Öz-bildirim, Psikometri, Ba?a Ç?kma, Çaresizlik, Kaç?nma, Direnme, ?yimserlik, E?itim Psikolojisi.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?:** Mevcut De?il

ARABPSYCHOLOGY.COM

**Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri:** ismail.secer@atauni.edu.tr

**Yaz??ma Adresi:** Atatürk Üniversitesi, Kaz?m Karabekir E?itim Fakültesi, Erzurum, Türkiye (Çal??man?n kayna??na dayanarak)

## ?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, ?smail Seçer taraf?ndan **2015** y?l?nda geli?tirilmi?tir. Ölçe?in akademik ve ara?t?rma amaçl? kullan?mlar?nda, orijinal kayna?a uygun at?f yap?lmas? ve sorumlu yazar ile ileti?ime geçilmesi beklenmektedir. Ticari uygulamalar için yazar?n resmi izni gereklidir.

Testin orijinal makalesine DergiPark üzerinden eri?im sa?lanabilir: dergipark.org.tr

## Kaynaklar

Seçer, ?. (2015). Zorbal?kla ba?a ç?kma stratejileri ölçe?inin geli?tirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çal??mas?. *Atatürk Üniversitesi Kaz?m Karabekir E?itim Fakültesi Dergisi,* (30), 85-105.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: zorbaliklarla-basa-cikma-stratejileri-olcegi-toad.pdf

## Zorbal?klarla Ba?a Ç?kma Stratejileri Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmu? olup hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek 27 madde ve alt? boyuttan olu?maktad?r:

Çaresizlik (3m)
Yard?m arama (5m)
Sosyal destek (7m)
Kaç?nma (3m)
Direnme (5m)
?yimserlik (4m)

ARABPSYCHOLOGY.COM