

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması *

The Adaptation of Psychological Well-Being into Turkish: A Validity and Reliability Study

Bülent Baki TELEF **

ÖZ: Bu çalışmanın amacı Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özelliklerini araştırmaktır. Araştırmanın örneklemini 339'u (%64) kız ve 190'ı (%36) erkek olmak üzere 529 öğretmen adayından oluşmaktadır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu ve maddelerin tek faktör altında toplandığı saptanmıştır. Benzer ölçek geçerliği için Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri ve İhtiyaç Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Psikolojik İyi Oluş ile Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri ve İhtiyaç Doyumu Ölçeği arasında Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu .56 ve .73 ($p < .01$) olarak bulunmuştur. Güvenirlik çalışması sonucunda Cronbach alfa katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır. Test tekrar test sonucuna göre ölçeğin birinci ve ikinci uygulaması arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r = .86, p < .01$). Araştırma sonucunda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin psikolojik iyi oluşu ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar sözcükler: iyi oluş, psikolojik iyi oluş, ölçek uyarlama, geçerlik, güvenirlik

ABSTRACT: The purpose of this research is to study the psychometrical features of the Turkish form of the psychological well-being scale. The sample of the study includes 529 pre-service teachers, 339 (64%) of whom are females and 190 (36%) of whom are males. As a result of the exploratory factor analysis, it was found that the total explained variance was 42% and that the items were grouped under one factor. For criterion validity, psychological well-being scales and a need satisfaction scale were used. The Pearson product moment correlation between psychological well-being scales and a need satisfaction scale was calculated as .56 and .73 ($p < .01$). The reliability study indicated that the Cronbach alpha coefficient was .80. According to the test retest results, there was a high level of a positive and meaningful relation between the first and second applications of the scale ($r = 0.86, p < .01$). This study showed that the psychological well-being scale was a valid and reliable instrument to measure psychological well-being.

Key words: well-being, psychological well-being, scale adaptation, validity, reliability

1. GİRİŞ

Ruh sağlığı ile ilgili yapılan araştırmalarda sık sık depresyon ve anksiyete gibi olumsuz sağlığa odaklanılmıştır. Bununla birlikte günümüzde ruh sağlığının olumsuz öğelerinin yanı sıra olumlu öğelerini de inceleme arzusu giderek artmaktadır. Bu araştırmalardan çoğu iyi oluş ile ilgili psikoloji literatürüne zenginlik katmıştır (Springer ve Hauser, 2006). İyi oluş çalışmalarını karakterize eden iki araştırma alanı bulunmaktadır: Birincisi, öznel iyi oluşün arttığı bir iklimde yaşam kalitesinin niteliğini araştırmaya yönelik bilimsel eğilimin bir parçası olarak 1950'de başlamış ve öznel iyi oluş olarak adlandırılmıştır. İkincisi, psikolojik iyi oluş ise, 1980'li yıllarda deneysel çalışmalar ile başlamış, zorluklar ile yüz yüze gelindiğinde kendini gerçekleştirme ve anlamlı bir yaşam için kişinin potansiyellerini vurgulayan daha önceki klinik ve yetişkin gelişim psikolojisi teorilerine dayanmaktadır. Her iki gelenek de iyi bir yaşamın ne olduğunu incelemek için insan kapasitesini yücelten hümanistik değerleri kapsamaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).

* Bu çalışma 3-5 Ekim 2011 tarihinde XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

**Yrd. Doç. Dr., Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Çanakkale/Türkiye.

e-posta: bakitelefe@gmail.com

Konuşma dilinde “mutluluk” olarak ifade edilen öznel iyi oluş kişinin kendi yaşamını değerlendirmesidir. Bu değerlendirme hem bilişsel (yaşam doyumu ile ilgili yargılar) hem de duygusaldır (memnun edici ve memnun edici olmayan duygusal tepkiler) (Diener ve Diener, 1996). Öznel iyi oluşun duygusal ve bilişsel öğeleri birbirinden tamamen bağımsız değildir. Buna rağmen, bu iki öğe birbirinden biraz farklı ve ayrı ayrı değerlendirildiğinde birbirini tamamlayıcı bilgi sağlayabilir (Pavot ve Diener, 1993). Öznel iyi oluş basit bir şekilde kişinin yaşamını değerlendirme yolu olarak tanımlanmasına rağmen, doğasının çok yönlü ve karmaşık olduğuna inanılmıştır (Diener, Scollon ve Lucas 2009).

Psikolojik iyi oluş, yaşamda karşı karşıya kalınan varoluşsal meydan okumaları (anlamli amaçları sürdürme, kişisel gelişim ve diğerleri ile nitelikli ilişkiler kurma gibi) yönetme olarak tanımlanmıştır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Ryff’ın (1989) ileri sürmüş olduğu psikolojik iyi oluş modelinde altı boyut bulunmaktadır. Bunlar; öz-kabul, diğerleri ile pozitif ilişkiler, özerklik, çevresel kontrol, yaşam amacı ve kişisel gelişimdir. Psikolojik iyi oluş ile ilgili anahtar kavramlar, insan gelişimindeki görev ve zorlukları ortaya koyan gelişim teorileri; kendini gerçekleştirme, olgunlaşma, tam işlevsellik ya da bireyselleşmenin ne olduğunu ortaya koyan klinik açıklamalar ve ruh sağlığının olumlu kriterlerinin belirleyicilerinden elde edilmiştir (Ryff, Magee, Kling ve Wing, 1999). Psikolojik iyi oluş kuramı, olumlu işlevde bulunan insanın özelliklerini inceleyen kuramların bir birleşimi durumundadır (Özen, 2010). Roothman, Kirsten ve Wissing (2003) psikolojik iyi oluşun duygusal, fiziksel, bilişsel, ruhsal, kişisel ve sosyal süreçlere ilişkin kavramsallaştırılabileceğini ifade etmişlerdir.

Literatür incelendiğinde psikolojik iyi oluş ile ilgili sınırlı sayıda ölçme aracı olduğu görülmüştür. Ryff (1989) tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri olmasına rağmen Diener ve arkadaşları (2009, 2010) yeni bir ölçek geliştirme nedenlerini şu şekilde açıklamışlardır: Birincisi, geliştirmiş oldukları ölçeğin Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri’ne göre daha kısa olması. İkincisi, ölçeğin mevcut Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri’nde bulunmayan “bağlı ve ilgili olma” ve “iyimserlik” gibi bazı öğeleri içermesidir. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Diener ve arkadaşları (2010) tarafından mevcut iyi oluş ölçümlerini tamamlayıcı, sosyo-psikolojik iyi oluşu ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçek maddeleri çeşitli iyi oluş teorilerinin ortaya koyduğu temel bileşenler dikkate alınarak oluşturulmuştur. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği destekleyici ve ödüllendirici ilişkilere sahip olma, başkalarının mutluluğuna katkıda bulunma, başkaları tarafından saygı görme gibi sosyal ilişkilere dayalı bazı maddeler içerir. Ölçek bir de, amaçlı ve anlamlı bir hayata sahip olma, kişinin günlük aktivitelere ilgi duyması ve bir işle meşgul olmasına dayalı maddeleri kapsar. Maddeler kendine saygı duyma ve iyimserlik ile ilişkilidir. Son olarak ölçekte kişi için önemli olan aktivitelerde yetenekli ve yeterli hissetmeye dayalı maddeler bulunmaktadır. Ölçek sosyo-psikolojik fonksiyonlarının önemli öğelerini kişinin kendi bakış açısından değerlendirir. Bu çalışmanın amacı, Diener ve arkadaşları (2009, 2010) tarafından geliştirilmiş olan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği’nin üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmaktır.

2. YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örnekleme 2010–2011 eğitim-öğretim yılında Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi’ne bağlı farklı bölümlerde öğrenim gören 339 (%64) kız ve 190 (%36) erkek olmak üzere 529 öğretmen adayından oluşmaktadır. Öğretmen adaylarının 24’ü (%4,5) Fransızca Öğretmenliği, 37’si (%6,9) İlköğretim Matematik Öğretmenliği, 19’u (%3,6) İlköğretim Matematik Öğretmenliği II. Öğretim, 47’si (%8,9) Sınıf Öğretmenliği, 16’si (%3,02) Coğrafya Öğretmenliği, 20’si (%3,8) Okul Öncesi Öğretmenliği, 130’u (%24,6) Rehberlik ve Psikolojik Danışma, 22’si (%4,2) Kimya Öğretmenliği, 62’si (%11,7) Türkçe Öğretmenliği, 35’i (%6,6) Biyoloji Öğretmenliği, 50’si (%9,5) Bilgisayar Teknolojileri Öğretmenliği, 17’si (%3,2)

Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği, 19'u (%3,6) Tarih Öğretmenliği, 31'i (%5,9) Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenliği Bölümlerinde okumaktadır. Katılımcıların % 33,9'u 1. sınıf ($n=179$), % 21,9'u 2. sınıf ($n=116$), % 11,7'si 3. sınıf ($n=62$), % 32,5'i 4. sınıfta ($n=172$) öğrenim görmektedir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri ve İhtiyaç Doyumu Ölçeği ile toplanmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Sekiz maddeden oluşan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği olumlu ilişkilerden yeterlik hislerine, anlamlı ve amaçlı bir yaşama sahip olmaya kadar insan fonksiyonunun önemli öğelerini tanımlamaktadır. Diener ve arkadaşları (2009) ölçeğin ismini önce Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Psychological Well-Being Scale) olarak adlandırmışlardır. Fakat daha sonra ölçeğin ismini iyi oluşun içeriğini daha doğru bir şekilde yansıtacağı düşünülen "Flourishing Scale" şeklinde değiştirmişlerdir. Bu çalışmada "Flourishing" kelimesinin tam olarak Türkçe karşılığı bulunmadığından dolayı ölçeğin ismi "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" olarak kullanılmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin maddeleri kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) şeklinde 1-7 arasında cevaplanmaktadır. Bütün maddeler olumlu şekilde ifade edilmektedir. Puanlar 8 (tüm maddelere kesinlikle katılmıyorum cevabı verilirse) ile 56 (tüm maddelere kesinlikle katılıyorum cevabı verilirse) arasında değişmektedir. Yüksek puan kişinin birçok psikolojik kaynak ve güce sahip olduğunu gösterir. Üniversite öğrencileri ile yapılan geçerlik çalışması sonucunda ölçeğin tek faktörden oluştuğu ve toplam açıklanan varyansın %53 olduğu saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .61 ile .77 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Ölçek psikolojik iyi oluşun yönleri ile ilgili ayrı ayrı ölçümler sağlamasa da, o önemli olduğuna inandığımız farklı alanlarda olumlu işlevler ile ilgili genel bir bakış sağlamaktadır (Diener ve arkadaşları, 2010).

Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri

Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri, Ryff (1989) tarafından bireyin psikolojik iyi oluş halini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri, psikolojik iyi olma modelini temel alarak, 6 alt boyuttan ve her bir boyutu 14 maddeden oluşan toplam 84 maddelik bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 84 en yüksek puan ise 504'dür. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Akın (2008) tarafından yapılmıştır. Psikolojik iyi oluş ölçeklerinin iç tutarlılık katsayılarının .87 ile .96, test-tekrar test güvenilirliğinin ise .78 ile .97 arasında değiştiği görülmüştür. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri Türkçe ve orijinal form puanları arasındaki korelasyonlar, özerklik alt ölçeği için .94, çevresel hakimiyet için .97, bireysel gelişim için .97, diğerleriyle olumlu ilişkiler için .96, yaşam amaçları için .96 ve öz-kabul için .95 olarak bulunmuştur. Açıklayıcı faktör analizinde toplam varyansın %68'inin açıklandığı ve maddelerin 6 faktörde toplandığı görülmüştür. Faktör yükleri .30 ile .94 arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= .07, NFI= .97, CFI= .98, GFI= .93 ve SRMR= .06 olarak bulunmuştur.

İhtiyaç Doyumu Ölçeği

İhtiyaç Doyumu Ölçeği Deci ve Ryan (1991) tarafından geliştirilmiş, Cihangir-Çankaya ve Bacanlı (2003) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçekte bireyin üç temel psikolojik ihtiyacını ölçen 21 madde bulunmaktadır. Özerklik, yeterlik ve ilişkili olma olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Her madde 7 aralıklı ölçek kullanılarak derecelenmektedir. Özerklik alt ölçeğinde 7, yeterlik alt ölçeğinde 6, ilişkili olma alt ölçeğinde ise 8 madde bulunmaktadır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında test-tekrar test güvenilirlik katsayısı, iç tutarlık

katsayısı ve madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Ölçeğin iki hafta arayla uygulanmasıyla elde edilen korelasyon .89; özerklik alt ölçeği için .82, yeterlik alt ölçeği için .80, ilişkili olma alt ölçeği için ise .81'dir. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları özerklik alt ölçeği için .71, yeterlik alt ölçeği için .60, ilişkili olma alt ölçeği için .74 ve toplamda İhtiyaç Doyumu Ölçeği için ise .83'tür. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .63 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde-toplam korelasyonları değerleri .33 ile .64 arasında değişmektedir. Ölçeğin orijinal yapısında belirtilen üç faktörlü yapının geçerli olup olmadığı doğrulayıcı faktör analizi yöntemiyle belirlenmiştir. Ölçek iki ve üç faktörlü modelde sınanmış ve modeller arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu nedenle ölçeğin orijinaline bağlı kalmak amacıyla ölçek üç faktörlü olarak kabul edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modelin uyum indeksi değerleri; RMSEA= 0.07, GFI= 0.86, AGFI= 0.82, CFI= 0.82, NFI= 0.80 olarak bulunmuştur. Elde edilen faktör yükleri .30 ile .77 arasında değişmektedir ve bütün değerler istatistiksel olarak anlamlıdır. Ölçeğin ayırt edici geçerliği çalışmasında alt-üst %27'lik grup karşılaştırması yapılmıştır. Elde edilen t-testi değerlerinin 3.964 ile 11.454 arasında değiştiği ve tüm maddelerin ($p<.001$) anlamlı olduğu görülmüştür. Ölçeğin ölçüt geçerliği kapsamında, özerklik alt ölçeği için Sosyotropi-otonomi Ölçeği'nin otonomi alt ölçeği, yeterlik alt ölçeği için Genelleştirilmiş Öz-yetki Beklentisi Ölçeği ve ilişkili olma alt ölçeği için ise, UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. İhtiyaç Doyumu Ölçeği'nin özerklik alt boyutu ile Sosyotropi-otonomi Ölçeği'nin otonomi alt ölçeği arasında .20, yeterlik alt ölçeği ile Genelleştirilmiş Öz-yetki Beklentisi Ölçeği arasında .51 ve ilişkili olma alt ölçeği ile UCLA Yalnızlık Ölçeği arasında ise -.71'lik bir ilişki bulunmuştur.

2.3. İşlem

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin uyarlama çalışmasını yapmak için ilk olarak ölçeği geliştiren kişi olan Ed Diener'den izin alınmıştır. Ölçeğin İngilizce formu, İngilizce ve Türkçeyi iyi derecede bilen dört dil uzmanı akademisyen tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Dil uzmanlarının Türkçeye çevirdikleri ölçek tek forma dönüştürülmüştür. Oluşturulan Türkçe form iki dil uzmanına verilerek tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Geri çeviri sonrasında ölçeğin Türkçe formunun İngilizce formuna yakın olduğu görülmüştür. Daha sonra çeviri uzman değerlendirme formu hazırlanarak ölçeğin İngilizce ve Türkçe formları en az doktora seviyesinde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında 11 akademisyene ileti yoluyla gönderilerek ölçek maddelerinin Türkçeye uygun olup olmadığı konusunda uzman görüşü alınmıştır. Uzmanlardan alınan görüş ve öneriler doğrultusunda ölçeğe son şekli verilmiştir. Ölçeğin dilsel eşdeğerliğini sınamak için Dokuz Eylül Üniversitesi İngilizce Öğretmenliği bölümü öğrencilerine iki hafta arayla önce ölçeğin İngilizce formu daha sonra Türkçe formu uygulanmıştır.

Dilsel eşdeğerlik çalışmasından sonra araştırmanın verilerini toplamak için gerekli izinler alınmıştır. Hazırlanan ölçme araçları Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi'ne bağlı farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilere araştırmacı tarafından 3 hafta içinde uygulanmıştır. Her bir uygulama yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Ölçeğin geçerliği için yapı geçerliğine (açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi) ve benzer ölçek geçerliğine bakılmıştır. Güvenirlik çalışması ise Cronbach alfa katsayısı ve test tekrar test yöntemi ile incelenmiştir. Ayrıca, testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt %27 ve üst %27'lik grupların madde ortalama puanları aralarındaki farkları ilişkisiz t-testi kullanılarak sınanmıştır. Araştırmanın verileri SPSS 10.0 ve LISREL 8.7 programları ile analiz edilmiştir.

3. BULGULAR

Aşağıda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin dilsel eşdeğerlik, geçerlik ve güvenilirlik çalışmasına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

3.1. Dilsel Eşdeğerlik

Ölçeğin dilsel eşdeğerliğini sınamak için 2010–2011 eğitim öğretim yılı güz döneminde Dokuz Eylül Üniversitesi İngilizce Öğretmenliği bölümünde 4. sınıfta eğitim gören 61 öğrenciye iki hafta arayla önce ölçeğin İngilizce formu daha sonra Türkçe formu uygulanmıştır. Korelasyon analizi sonucunda ölçeğin İngilizce ve Türkçe formları arasında yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($r = .97$, $p < .01$). Ölçek maddelerinin Türkçe ve İngilizce çevirileri arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Ölçek Maddelerinin İngilizce ve Türkçe Çevirileri Arasındaki Korelasyonlar

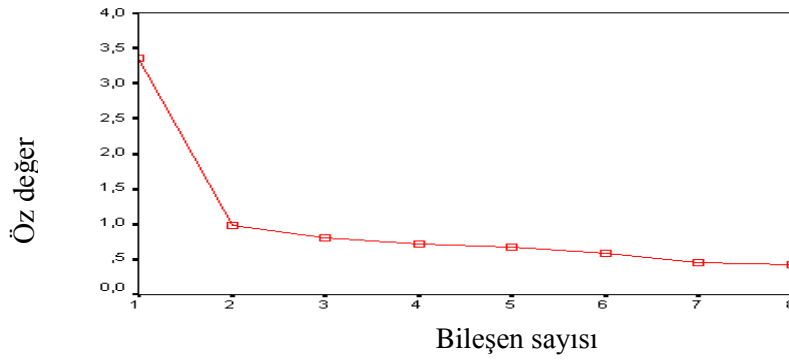
Maddeler	Uygulama	<i>r</i>
PİO 1	Türkçe	.95**
	İngilizce	
PİO 2	Türkçe	.86**
	İngilizce	
PİO 3	Türkçe	.81**
	İngilizce	
PİO 4	Türkçe	.79**
	İngilizce	
PİO 5	Türkçe	.76**
	İngilizce	
PİO 6	Türkçe	.93**
	İngilizce	
PİO 7	Türkçe	.95**
	İngilizce	
PİO 8	Türkçe	.97**
	İngilizce	
PİOT	Türkçe	.97**
	İngilizce	

** $p < .01$

3.2. Geçerlik Çalışması

3.2.1. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA)

Verilerin faktör analizine uygun olup olmadığı Kaiser Meyer Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett (Sphericity) Küresellik testi ile incelenebileceği belirtilmiştir (Büyüköztürk, 2010). Bazı araştırmacılar faktör analizi için Kaiser Meyer Olkin (KMO) katsayısının örneklem büyüklüğü için değerinin 0.80-0.90 arasında olmasının iyi ve Barlett Sphericity testinin .05 düzeyinde anlamlı çıkması gerektiğini ifade etmektedirler (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010; Leech, Barrette ve Morgan, 2005). Kaiser Meyer Olkin (KMO) katsayısının .84 ve Barlett Sphericity testi sonucunun $\chi^2 = 1007,633$, $df = 28$, ($p < .01$) istatistiksel olarak anlamlı bulunması verilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda ölçek maddelerinin öz değeri 1'den büyük olan tek faktör altında toplandığı saptanmıştır. Şekil 1'deki çizgi grafiği incelendiğinde 1. faktörden sonra kırılmanın olduğu görülmektedir.



Şekil-1 Çizgi Grafiği

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın %41,94 olduğu saptanmıştır. Bu bulgu ölçeğin genel bir faktöre sahip olduğunu da göstermektedir. Tek faktörlü ölçeklerde açıklanan varyansın %30 ve daha fazla olması yeterli görülmektedir (Büyüköztürk, 2010; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Ölçek maddelerinin faktör yükleri .54 ile .76 arasında hesaplanmıştır. Faktör yük değerinin .45 ya da daha yüksek olması seçim için iyi bir ölçüttür. Fakat bu değer .30'a kadar indirilebileceği belirtilmiştir (Büyüköztürk, 2010). Ölçek maddelerinin faktör ortak varyansı ve faktör yük değeri Tablo-2'de verilmiştir.

Tablo 2. Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Madde	Faktör Ortak Varyansı	Faktör Yük Değeri
1	.57	.76
2	.51	.71
3	.46	.68
4	.30	.67
5	.33	.63
6	.45	.60
7	.36	.57
8	.40	.54

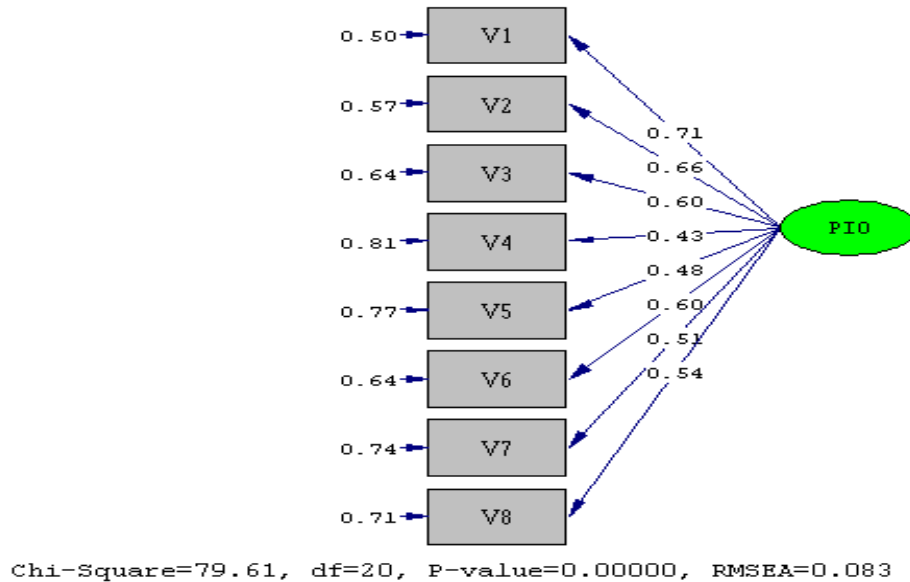
Açıklanan toplam varyans = %41,94

3.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)

Doğrulayıcı faktör analizi daha önceden tanımlanmış ve sınırlandırılmış bir yapının, bir model olarak doğrulanıp doğrulanmadığının test edildiği bir analizdir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarını geçerli kabul edebilmek için modele ait uyum iyiliği indekslerinin yeterlilik göstermesi gerekmektedir. Uyum İyiliği İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (Normed Fit Index, NFI), Göreli Uyum İndeksi (Relative Fit Index, RFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI) ve Fazlalık Uyum İndeksleri'nin (Incremental Fit Index, IFI) 0.90'dan büyük değerlerde olması yeterli düzeyde uyumun olduğu, değerlerin 0'a yaklaşmasının kötü, 1'e yaklaşmasının mükemmel uyum gösterdiği, Standartlaştırılmış Ortalama Hataların Karekökü (Standardized Root Mean Square Residuals, SRMR) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü'nün (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA) ise 0.05'ten küçük olmasının iyi uyumu, 0.10'in altında olması ise kabul edilebilir bir uyum iyiliğini, ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının ise 5'in altında olmasının iyi uyumu gösterdiği belirtilmektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve

Büyüköztürk, 2010; Kline, 2005; Schumacker ve Lomax, 2004; Şimşek, 2007; Tabachnick ve Fidell, 2007; Yılmaz ve Çelik, 2009).

Doğrulayıcı faktör analizi için uyum indeksleri incelendiğinde ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının ($92,90/20= 4.645$) 5'in altında yeterli düzeyde bir değere sahip olduğu görülmüştür. Diğer uyum indeksleri incelendiğinde RMSEA= 0.08, SRMR= 0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 ve IFI= 0.95 olarak bulunmuştur. NFI, RFI'nın 0.90 ve üzeri olması kabul edilebilir uyumu; GFI, CFI ve IFI indekslerinin 0.95'ten yüksek olması mükemmel uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir. SRMR'nin 0.5'ten küçük ve RMSEA'nın ise $0.05 \leq RMSEA \leq 0.10$ arasında olması kabul edilebilir uyum düzeyinde olduğunu işaret etmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde modelin uyumlu olduğu görülmektedir. Aşağıda ölçeğin faktörleri ve maddelerine ilişkin standartlaştırılmış parametre tahminlerinin yer aldığı model Şekil 2'de sunulmuştur.



Şekil-2 Doğrulayıcı Faktör Analizi Modeli

3.2.3. Benzer Ölçek Geçerliği

Ölçeğin benzer ölçek geçerliğini belirlemek için Ryff (1989) tarafından geliştirilmiş, Türkçeye uyarlama çalışması Akın (2008) tarafından yapılmış Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri ve Deci ve Ryan (1991) tarafından geliştirilen, Cihangir-Çankaya ve Bacanlı (2003) tarafından uyarlama çalışması yapılan İhtiyaç Doyumu Ölçeği ölçüt alınmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin, Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri'nin alt boyutlarından özerklikle .30, çevresel hakimiyetle .53, bireysel gelişimle .29, diğerleri ile olumlu ilişkiyle .41, yaşam amaçlarıyla .38, öz-kabulle .56 ve toplam psikolojik iyi oluş ile .56 düzeyinde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca İhtiyaç Doyumu Ölçeği'nin alt boyutlarından özerklikle .30, yeterlikle .69, ilişkili olmayla .57 ve toplam ihtiyaç doyumu ile .73 düzeyinde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

3.3. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Güvenirlik Çalışması

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin güvenilirlik çalışması Cronbach alfa katsayısı ve test tekrar test yöntemi kullanılarak incelenmiştir. Cronbach alfa katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin test-tekrar test güvenirliliği Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi'ne bağlı farklı bölümlerde öğrenim gören 100 katılımcı üzerinde iki hafta arayla uygulanarak elde edilmiştir. Test-tekrar test güvenirliliği çalışması sonucuna göre ölçeğin birinci ve ikinci uygulaması arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($r = .86$, $p < .01$).

3.4. Madde Analizi

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin madde analizleri, madde toplam korelasyonlarına ve %27'lik üst-alt grup maddelerinin arasındaki farklılıklara bakılarak incelenmiştir. Madde-toplam korelasyonu test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklar. Madde toplam korelasyonunun pozitif ve yüksek olması, maddenin benzer davranışları örneklediğini ve testin iç tutarlılığının yüksek olduğunu gösterir. Madde toplam korelasyonu .30 ve üzeri olan maddelerin bireyleri iyi derecede ayırt ettiği söylenebilir (Büyüköztürk, 2010). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği madde toplam korelasyonları ile alt %27 ve üst %27'lik grupların madde puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin t -testi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları

Madde No	Madde-Toplam Korelasyonu	t (Alt%27-Üst%27)
PİO 1	.63	16.54***
PİO 2	.57	15.49***
PİO 3	.54	16.26***
PİO 4	.41	10.59***
PİO 5	.43	12.37***
PİO 6	.54	15.21***
PİO 7	.46	14.71***
PİO 8	.48	11.19***

*** $p < .001$

Tablo 3 incelendiğinde Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin madde toplam korelasyonlarının .41 ile .63 arasında değişiklik gösterdiği ve t -değerlerinin anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < .001$). Madde toplam korelasyonlarının .30'dan büyük olması ve %27'lik alt-üst grup madde karşılaştırmaları için kullanılan t -testi sonuçlarının tüm maddeler için anlamlı çıkması ölçekteki maddelerin güvenirliliklerinin yüksek olduğunu ve aynı davranışları ölçmeye yönelik olduklarını göstermektedir (Büyüköztürk, 2010).

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmanın amacı Diener ve arkadaşları (2009, 2010) tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini incelemektir. Ölçeğin dilsel eşdeğerlik çalışması sonucunda İngilizce ve Türkçe formları arasında yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($r = .97$, $p < .01$). Ölçeğin dil eşdeğerliği açısından yeterli olduğu söylenebilir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu görülmektedir. Bu bulgu, ölçeğin orijinal formunda olduğu gibi genel bir faktöre sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .54 ile .76 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin orijinalinde açıklanan varyansın %53 olduğu ve ölçek faktör yüklerinin .61 ile .77 arasında değiştiği belirtilmiştir (Diener ve diğerleri., 2010). Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksleri incelendiğinde ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının $(92.90/20 = 4.645)$ 5'in altında olduğu görülmüştür. Diğer uyum indeksleri ise RMSEA= 0.08, SRMR= 0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 ve IFI=0.95 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara bakılarak

ölçeğin kabul edilebilir uyum indekslerine sahip olduğu söylenebilir. Benzer ölçek geçerliğini belirlemek için Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri ve İhtiyaç Doyumu Ölçeği arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri'nin alt boyutlarından özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişki, yaşam amaçları, öz-kabul ve İhtiyaç Doyumu Ölçeği'nin alt boyutlarından özerklik, yeterlik ve ilişkili olma arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında elde edilen Cronbach alfa katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır. Psikolojik bir test için hesaplanan güvenilirlik katsayısının .70 ve daha yüksek olması test puanlarının güvenirliliği için genel olarak yeterli görülmektedir (Büyüköztürk, 2010). Test tekrar test sonucuna göre ölçeğin birinci ve ikinci uygulaması arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($r = .86, p < .01$). Cronbach alfa katsayısı ve test tekrar test güvenirliliği sonuçlarına bakılarak ölçeğin güvenilir olduğu söylenebilir. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin madde toplam korelasyonlarının .41 ile .63 arasında değişiklik gösterdiği ve t-değerlerinin anlamlı olduğu görülmektedir ($p < .001$). Madde analizi sonucunda ölçeğin yeterli düzeyde ayırt edici özelliğe sahip olduğu söylenebilir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucunda elde edilen bulgular, Diener ve arkadaşlarının (2010) ölçeğin orijinalinde; Silva ve Caetano'nun (2013) Portekizceye uyarlama çalışmasında elde etmiş olduğu sonuçları destekler niteliktedir.

Geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan ölçeğin psikolojik iyi oluş ile ilgili araştırma yapmak isteyen uzmanlar tarafından kullanılabilirliği düşünülmektedir. Ölçeğin gelecekte daha geniş ve farklı örneklem grupları ile geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılabilir.

5. KAYNAKLAR

- Akın, A. (2008). Scales of psychological well-being: A study of validity and reliability. *Educational Science: Theory & Practice*, 8, 721–750.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Cihangir-Çankaya, Z. ve Bacanlı, H. (2003). *İhtiyaç doyum ölçeği uyarlama çalışması*. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresine Sunulmuş Bildiri, 9–11 Temmuz, Malatya.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları* (Birinci baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to the self: Integration in personality. In R.A. Dienstbier (Ed.). *Perspectives on motivation*. Nebraska Symposium on Motivation, 1990, 38, Lincoln: University of Nebraska Press. 237-88.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-185.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., et al. (2009). New measures of well-being. *Social Indicators Research Series*, 39. Doi: 10.1007/978-90-481-2354-4 12
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Social Indicators Research Series*, 39, 67-100.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002) Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–1022.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equations modeling*. New York: Guilford.
- Leech, N. L., Barrett, K. C., & Morgan, G. A. (2005). *SPSS for intermediate statistics: Use and interpretation* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Ass.

- Özen, Y. (2010). Kişisel sorumluluk bağlamında öznel ve psikolojik iyi oluş (sosyal psikolojik bir değerlendirme). *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 4, 46–58.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5, 164–172.
- Roothman, B., Kirsten, D. K., & Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33, 212–218.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Wing, E. H. (1999). Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being. In *The Self and Society in Aging Processes*, ed. CD Ryff, VW Marshall, pp. 247–78. New York: Springer.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Ass.
- Silva, A., & Caetano, A. (2013). Validation of the flourishing scale and scale of positive and negative experience in Portugal. *Social Indicators Research*, 110, 469–478.
- Springer, K. W., & Hauser, R. M. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: Method, mode, and measurement effects. *Social Science Research*, 35, 1080–1102.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve lisrel uygulamaları*. Ankara: Ekinoks Yayıncılık.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Yılmaz, V. ve Çelik, H. E. (2009). *Lirselle ile yapısal eşitlik modellemesi-1*. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Extended Abstract

Psychological well-being is described in order to manage the existential challenges people face in their life, such as continuing the meaningful aims, personal development and building good quality relations with others (Keyes, Shmotkin and Ryff, 2002). Ryff's psychological well-being model (1989) included six dimensions, which were self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental control, life purpose and personal development. The key concepts about psychological well-being derived from: the ideas that shape the positive criteria of mental health; the clinical explanations of what self-actualization, maturing, full capacity or individualization meant; the challenges in human development and the lifelong development theories that formulize development tasks (Ryff, Magee, Kling and Wing, 1999). The psychological well-being theory is a combination of other theories studying the features of humans who function positively (Özen, 2010). Roothman, Kirsten and Wissing (2003) have stated that psychological well-being could be conceptualized in terms of emotional, physical, cognitive, mental, personal and social processes.

The literature analysis showed that there were a limited number of instruments to measure psychological well-being. Although there are psychological well-being scales developed by Ryff (1989), Diener et al. (2009, 2010) explained their reasons for developing a new scale as follows: firstly, that the scale they developed was a short one; and secondly, that their scale consisted of certain elements, like being dependent and interested or optimism, which had not been included in the previous scales. Diener et al. (2010) developed a psychological well-being scale to supplement the previous well-being scales and to measure socio-psychological well-being. The items in the scale were created by considering the basic combinations supported by various well-being theories. The psychological well-being scale includes some items that support the scale and which are based on social relations, like having rewarding relations, contributing to others' happiness or being respected by others. It also consists of items that are based on having a purposeful and meaningful life, being interested in daily activities and having a task to deal with. The items are related to self-respect and optimism. Finally, the scale has items that are based on feeling talented and adequate in activities that are important for the individual in question. The scale evaluates the important elements of the individual's socio-psychological functions from their own perspective.

A psychological well-being scale made up of eight items defines the important elements of human functions, like positive relations, feelings of adequacy and having a meaningful and purposeful life. The scale was called 'psychological well-being' initially, but then the name was changed to the 'flourishing

scale', the idea being that this would reflect the content more correctly. This is because the scale defines more than psychological well-being, which is narrowly defined. In the study, an accurate Turkish equivalent of the word 'flourishing' could not be found, so the scale was called 'psychological well-being' which was used in the first study by Diener et al. (2009). The items in the psychological well-being scale are answered between 1 and 7, (1) meaning 'I strongly disagree' and (7) meaning 'I strongly agree'. All of the items are stated in a positive form. The scores vary between 8 (if all items are answered as 'I strongly disagree') and 56 (if all items are answered as 'I strongly agree'). A high score indicates that the person considers himself with positive terms in important function areas. Even though the scale does not provide separate measurements for aspects of psychological well-being, it gives a general view about the positive functions in the areas that are believed to be important (Diener et al., 2010).

The purpose of this study is to carry out the validity and reliability study of the psychological well-being scale developed by Diener et al. (2010) with a sample of university students. The sample consists of 529 pre-service teachers who attended different programmes at Dokuz Eylül University, Buca Education Faculty, during the 2010-2011 academic year. 339 of these pre-service teachers (64%) were females whereas 190 of them (36%) were males. The psychological well-being scales developed by Ryff (1989) and adapted by Akin (2008) and the need satisfaction scale developed by Deci and Ryan (1991) and adapted into Turkish by Cihangir-Çankaya and Bacanlı (2003) were used in order to study the criterion validity of the scale. The data were analysed with the SPSS 10.0 and LISREL 8.7 programs.

Exploratory factor analysis showed that the total explained variance was 42%. The factor loads of the scale items were calculated between .54 and .76. Confirmatory factor analysis showed that the goodness of fit index values were root mean square error of approximation (RMSEA) = 0.08, standardized root mean square residuals (SRMR) = 0.04, goodness of fit index (GFI) = 0.96, normed fit index (NFI) = 0.94, relative fit index (RFI) = 0.92, comparative fit index (CFI) = 0.95 and incremental fit index (IFI) = 0.95. The psychological well-being scale had correlational relations at different levels with the sub-dimensions of psychological well-being scales: autonomy .30, environmental control .53, personal development .29, positive relations with others .41, life purposes .38, self-acceptance .56 and total psychological well-being .56. Moreover, there was a positive correlation with autonomy at the level of .30, with sufficiency at the level of .69, with being related at the level of .57, and with total need satisfaction at the level of .73, which are the sub-dimensions of the need satisfaction scale. In the reliability study of the scale, the Cronbach alpha coefficient was calculated as .80. Test retest scores showed that there was a high level of a positive and meaningful relation between the first and second applications of the scale ($r = .86$, $p < .01$). The item-total correlations of the psychological well-being scale varied between .41 and .63, and the t-values were significant ($p < .001$). It can be said that the psychological well-being scale is a valid and reliable instrument after the adaptation study done with the university students in Turkey. It is thought that the scale could be used by researchers who want to carry out research on psychological well-being.

Kaynakça Bilgisi

Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [Hacettepe University Journal of Education]*, 28(3), 374-384.

Citation Information

Telef, B. B. (2013). The Adaptation of Psychological Well-Being Into Turkish: A Validity and Reliability Study [in Turkish]. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [Hacettepe University Journal of Education]*, 28(3), 374-384.