

Öznel Zindelik Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri

Yrd. Doç. Dr. Recep UYSAL
Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim
Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik
Danışmanlık ABD
uysalr@gmail.com

Yrd. Doç. Dr. Hakan SARIÇAM
Dumlupınar Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD
hakansaricam@gmail.com

Doç. Dr. Ahmet AKIN
Sakarya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler ABD
aakin@sakarya.edu.tr

Özet

Bu araştırmanın amacı Ryan ve Frederick (1997) tarafından geliştirilen Öznel Zindelik Ölçeğini Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin psikometrik özelliklerini incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu 523 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Ölçeğin psikometrik özellikleri, dilsel eşdeğerlik, açıklayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi, ölçüt bağıntılı geçerlik, iç tutarlık ve test-tekerrar test yöntemleriyle incelenmiştir. Uyum geçerliği için Öznel Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan açıklayıcı faktör analizi sonucu maddeler orijinal formula uygun olarak tek boyutta toplanmıştır. Daha sonar yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucu 7 maddenin tek boyuttaki uyum indeksi değerleri ($\chi^2/sd=1.73$, RMSEA= .047, AGFI=.96, CFI=1.00, GFI=.99, IFI=1.00, NFI=.99, RFI=.97 ve SRMR=.023) olarak bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .29 ile .86 arasında sıralanmaktadır. Ölçüt geçerliği çalışmasında öznel zindelik ile öznel mutluluk arasında pozitif ilişki görülmüştür. Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .84; test-tekerrar test korelasyon katsayısı .79 olarak bulunmuştur. Ayrıca düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .48 ile .74 arasında sıralandığı görülmüştür. Bu sonuçlara göre ölçeğin pozitif psikoloji, sağlık ve eğitim alanında kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Öznel zindelik, geçerlik, güvenilirlik, doğrulayıcı faktör analizi

The Psychometric Properties of Turkish Version of Subjective Vitality Scale

Abstract

The aim of this research is to adapt the Subjective Vitality Scale (Ryan ve Frederick, 1997) to Turkish and to examine its psychometric properties. The research was conducted on 523 university students. The validity and reliability of scale was investigated by language equality, explanatory factor analysis, confirmatory factor analysis, criterion related validity, Cronbach alpha, and test retest methods. The Subjective Happiness Scale (SHS) was used for the concurrent validity. Results confirmatory factor analyses demonstrated that 7 items yielded one-factor, as original form and that the one-dimensional model was well fit ($\chi^2/df=1.73$, RMSEA= .047, AGFI=.96, CFI=1.00, GFI=.99, IFI=1.00, NFI=.99, RFI=.97, and SRMR=.023). Factor

loadings ranged from .29 to .86. In the concurrent validity significant positive relationship was found between subjective vitality and subjective happiness. Cronbach Alfa internal consistency coefficient was found as .84 for scale. Moreover, test-retest reliability coefficient was .79 and corrected item-total correlations ranged from .48 to .74. Overall results demonstrated that Subjective Vitality Scale can be used as a valid and reliable instrument; it can be used in the field of positive psychology, health and education psychology.

Key words: Subjective vitality, validity, reliability, confirmatory factor analysis

1.Giriş

Geleneksel psikoloji yaklaşımına dayalı yapılan birçok araştırmada olumsuz kavram ve duygulara, bu duyguların bireylerin davranışları ve kişisel ilişkilerdeki etkisine odaklanılmıştır (Greenglass, 2006). Başka bir ifadeyle bireyi ve toplumu geliştiren öznel mutluluk, umut, yaşam doyumu gibi olumlu kavramlara daha az önem verilmiş; bireyin ruh sağlığını korumasında ve psikolojik iyi olmasında önemli bir yere sahip olan bu kavramlar göz ardı edilmiştir (Seligman, 2002). Seligman ve Csikszentmihalyi'e (2000) göre psikoloji bilimi "insan hayatını neyin daha yaşanmaya değer hale getireceği konusunda bilgi" üretme konusunda sorunlar yaşamaktadır. Pozitif psikoloji bu sorunlara alternatif bir yaklaşım olarak ortaya çıkarak; bireylerin, grupların ve toplumların gelişimine, iyi olmalarına ve en ideal şekilde işlevlerini sürdürmelerine katkı sağlayan durumlara ve süreçlere yoğunlaşmıştır. (Gable ve Haidt, 2005). Pozitif psikoloji akımı yaşamdaki olumsuz şeylerle uğraşmaktan ya da psikopatoloji odaklı olmaktan daha çok iyi ve olumlu özellikler inşa etmesi gerektiğini, öznel mutluluk, affedicilik, alçakgönüllülük, minnettarlık, kararlılık, iyimserlik, öz-duyarlık, empati gibi bireylerin pozitif özelliklerinin geliştirilmesi gerektiğini savunmuştur (Seligman, 2002).

Öz-belirleme kuramına (Decy ve Ryan, 2000) dayanan öznel zindelik kavramı da pozitif psikolojinin çok önemli parçalarını oluşturan öznel mutluluk ve iyi olmanın temel yordayıcılarından ve bireyin sahip olması gereken önemli özelliklerden biridir (Akin, 2012; Ryan ve Frederick, 1997). Olumlu bir duygusal yapıyı temsil eden öznel zindelik enerji dolu olma ve canlılık hisleriyle ortaya çıkan öznel deneyimler olarak tanımlanabilir (Ryan ve Frederick, 1997). Zihinsel pozitif enerjinin varlığı olarak tanımlanabilecek ve içsel kaynaklardan edinilen öznel zindelik, canlı, neşeli, uyarılmış, enerji dolu ve diri bireyleri ifade etmektedir (Fini, Kavousian, Beigny, ve Emami, 2010). Bununla birlikte hem fiziksel iyi olmanın hem de refahın bir yönü olarak değerlendirilmektedir (Salama-Younes, 2011). Öznel zindelik fenomenolojik olarak belirgin ve dinamik bir yapıdır. Bireyler sahip oldukları enerjideki devam eden değişimleri sadece hastalık ya da yorgunluk gibi fiziksel belirtilerle değil, psikolojik

durumlarını da etkileyen bir faktör olarak tanımlar (Nix, Ryan, Manly ve Deci, 1999).

Bireyin sahip olduğu enerji ve canlılıkla psikolojik sağlığı arasındaki ilişkiye en önemli vurgulardan birini yapan Freud, kaynağını “Eros”tan alan psişik enerjiden bahsetmekte, her birey belirli ya da sınırlı bir miktarda psişik enerjiye sahip olduğunu belirtmektedir. Freud’a göre bu enerjinin büyük bir bölümü, kişiliğin bir boyutu tarafından ele geçirilirse ya patolojik davranışlara dönüşür ya da bireyin yaşamının diğer alanlarındaki etkinlikleri sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi sağlanır. İkinci iddianın gerçekleşmesi, diğer kişilik boyutlarının gelişebilmesi için daha az miktarda enerji gerekliliği anlamına gelmektedir (Ryan ve Frederick, 1997; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008). Selye (1956) ise, stresle ilgili teorisinde bireylerin sağlıklı yaşamayı sürdürebilmeleri için kullandıkları uyum enerjisinden bahsetmektedir. Öte yandan, bireyin iyilik halini ele alan doğu kültürlerinde ise zindelik kavramı farklı isimlerle uzun süreden beri kullanılan ana kavramlardan biri olmuştur. Özellikle Uzakdoğu kültüründe psişik içsel enerji ya da hayati ruhsal güç olarak ele alınmıştır (Jou, 1981; Ryan ve Frederick, 1997; Wikan, 1989).

Bireyin çevresindeki belirli durumlardan ya da tehditlerden daha çok kendisinden, özünden ortaya çıkarak hissedilen enerji olan öznel zindelik (Ryan ve Frederick, 1997) hırslı ya da zorlanmış olmak yerine enerjik hissetmeyi ifade eder ve maniden farklılık gösterir (Bostic, Rubio, ve Hood, 2000). Öznel olarak zinde hisseden bireyler tüm etkinlikleri ve yapmaları gereken işleri yerine getirmek için daha fazla enerjiye sahip olmakta (Vali ve Mousa, 2011), daha canlı ve uyanık olduklarını belirtmekte (Bostic ve Diğerleri, 2000), stresle daha kolay baş edebilmekte, mental yönden daha sağlıklı olduklarını düşünmektedir (Ryan ve Frederick, 1997). Yapılan çalışmalar öznel zindeliğin depresif belirtiler (Niemic ve Diğerleri, 2006), internet bağımlılığı (Akın, 2012), olumsuz duygulanım, kaygı, dışsal kontrol odağı, fiziksel ağrı, duygusal dengesizlik (Ryan ve Frederick, 2007) ve psikolojik üzüntü (Salama-Younes, 2011) ile olumsuz, öznel mutluluk (Akın, 2012), duygusal iyi olma, sosyal iyi olma, psikolojik iyi olma ve yaşam doyumu ile pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir. Ülkemiz alan yazın incelendiğinde böylesi önemli bir kavramı değerlendirecek bir ölçe aracının olmaması bizi bu çalışmayı yapmaya teşvik etmiştir. Bu çalışmanın amacı, Öznel Zindelik Ölçeğini Türk kültürüne uyarlayarak ölçeğin psikometrik özelliklerini incelemektir.

2.Yöntem

2.1.Çalışma Grubu

Araştırma iki ayrı çalışma grubu ile yürütülmüştür. İlk grup Dumlupınar Üniversitesi Sürekli Eğitim Merkezinde aile danışmanlığı eğitimi gören 191 (122 kadın, 69 erkek) kursiyerden; ikinci grup Sakarya Üniversitesi Eğitim

Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 332 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. İkinci grubun 182'si kız, 150'si erkektir. Ayrıca öğrencilerin 97'si psikolojik danışmanlık ve rehberlik, 113'ü okul öncesi öğretmenliği, 62'si sınıf öğretmenliği, 60'ı ise sosyal bilgiler öğretmenliği bölümlerinde öğrenim görmektedir. Toplam 523 katılımcının yaşları 17 ile 34 arasında olup; yaş ortalaması 24.9 olarak hesaplanmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Öznel Zindelik Ölçeği (ÖZÖ; Ryan ve Frederick, 1997)

Bireylerin canlı, enerjik ve kendilerini uyanık hissetlerine yönelik yaşadıkları öznel deneyimleri ve zindelik düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilen ÖZÖ bireylerin kendi hakkında bilgi vermelerine dayalı bir ölçme aracıdır. 7'li Likert (1 kesinlikle katılmıyorum-7 kesinlikle katılıyorum) türü bir ölçme aracı olan ÖZÖ 7 maddeden oluşmakta ve katılımcılardan her bir maddede yer alan açıklamaya katılma oranlarını belirlemeleri istenmektedir. Ölçekte yer alan tüm maddelerin puanları toplanarak toplam bireyin öznel zindelik puanı elde edilebilmektedir. Ölçeğin 2. maddesi ters kodlanmaktadır. Ölçekteki puanların ranjı 7 ile 49 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin öznel zindelik düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan açımlayıcı faktör analizinde maddelerin tek faktörde toplandığı ve tek faktörlü modelin toplam varyansın %62 sini açıkladığı gözlenmiştir. Daha sonra uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucu uyum indeksi değerleri $\chi^2=19.95$, $sd=8$; $RMSEA=.08$, $AGFI=.93$, $GFI=.97$, $NFI=.98$ olarak bulunmuştur. ÖZÖ'nün iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .84 olarak bulunmuştur. Uyum geçerliği çalışmasında öznel zindeliğin, kendini gerçekleştirme ($r=.50$), global öz güven ($r=.60$), iyi olma ($r=.75$) ile pozitif, sinirlilik ($r=-.21$), kaygı ($r=-.50$), depresyon ($r=-.60$) ve fiziksel belirtiler ($r=-.54$) ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür.

2.2.2. Öznel Mutluluk Ölçeği

Hills ve Argyle (2002) tarafından bireylerin öznel mutluluk düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilen öznel mutluluk ölçeği Akın (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmış 4 maddeden oluşan kendini değerlendirmeye yönelik bir ölçme aracıdır. Ölçeğin madde puanları "1" (hiç uygun değil) ile "7" (tamamen uygun) arasında değişmekte olup 4. madde ters puanlanmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliliği için yapılan DFA'da elde edilen uyum indeksleri ($\chi^2/df=0.71$, $p=0.49193$), $RMSEA=.000$, $NFI=.99$, $CFI=1.00$, $IFI=1.00$, $RFI=.98$, $GFI=1.00$, $AGFI=.99$ ve $SRMR=.015$ olarak bulunmuştur. Maddelerin faktör yükleri .34 ile .84 arasında sıralanmaktadır. Ölçeğin Cronbach α iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .86 olarak bulunmuş, ayrıca madde-test korelasyonlarının ise .55 ile .76 arasında sıralandığı görülmüştür.

2.3.İşlem

Öncelikle Öznel Zindelik Ölçeğinin uyarlama çalışması için ölçeği geliştiren Richard M. RYAN ile e-mail yoluyla iletişim kurulmuş ve ölçeğin uyarlanabileceğine ilişkin gerekli izin alınmıştır. Türkçeye çevrilme süreci belli aşamalardan oluşmaktadır. Öncelikle ölçek İngilizce öğretmenliği mezunu 5 dil uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek her iki dili bilen 39 kişiye uygulama yapılarak bu iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Yine aynı öğretim üyeleri elde ettikleri Türkçe formlar üzerinde tartışarak anlam ve gramer açısından gerekli düzeltmeleri yapmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Son aşamada bu form, psikolojik danışma ve rehberlik ve ölçme ve değerlendirme alanındaki 3 öğretim üyesine inceletilerek görüşleri doğrultusunda bazı değişiklikler yapıldıktan sonra bir uygulama formu oluşturulup katılımcılara uygulanmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarıldıktan sonra maddelere öncelikle açıklayıcı faktör analizi (AFA) daha sonra doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Uyum indeks değerlerini genel kabul edilen AGFI, GFI, CFI, IFI, NFI, RFI ve IFI için $> .90$, RMSEA ve SRMR için $< .05$ ölçüt olarak alınmıştır (Hu ve Bentler,1999; Jöreskog ve Sörbom, 1996; Tabachnick ve Fidell, 2007). Ölçüt geçerliği çalışması için toplam puan ortalamaları üzerinden korelasyon katsayısını tespit etmek için Pearson momentler korelasyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizleri için SPSS 17 ve LISREL 8.54 programlarından yararlanılmıştır.

3.Bulgular ve Yorum

3.1.Dilsel Eşdeğerlik

İngilizce ve Türkçeyi bilen 22 kişiye iki hafta arayla yapılan uygulamada Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki korelasyon katsayısı $r=.88$ bulunmuştur.

3.2.Yapı geçerliği

3.2.1.Açıklayıcı faktör analizi (AFA)

Ölçeğin yapı geçerliği çalışması için 191 kursiyerden elde edilen veriler kullanarak maddelerin faktörleşebilirlik özelliği başka bir deyişle faktör yapısı incelenmiştir. Öncelikle bütün maddeler arasında korelasyon matrisi incelenerek, önemli oranda manidar korelasyonların olup olmadığına bakılmış ve AFA'nın yapılabilmesine uygunluk gösterir nitelikte manidar ilişkilerin olduğu görülmüştür. Daha sonra örneklem uygunluğu (Sampling adequacy) ve Barlett Sphericity testleri gerçekleştirilmiştir. Verilerin faktör analizine uygunluğu için KMO $.60$ 'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, Akgün, Kahveci, ve Demirel, 2004). Bu çalışmada KMO örneklem uygunluk katsayısı $.79$, Barlett Sphericity testi χ^2 değeri ise 862,46 ($p<.001$) olarak bulunmuştur. Yapılan ilk faktör analizinde, döngüsüz metot kullanılarak, faktör çözümlenmesiyle maksimum faktör sayısı incelenmiş ve 2

faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ancak ölçeğin orijinal formu tek faktörden oluştuğu için, AFA'da asal eksenlere göre döndürülmüş temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda toplam varyansın %48.62'sini açıklayan, 7 maddeden oluşan ve özdeğeri 1.00'in üzerinde olan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Maddelerin faktör yükleri .30 ile .88 arasında sıralanmakta olup sonuçlar Tablo 1.de verilmiştir. Bu bulgulara göre ölçeğin madde faktör yapısının Türk kültürüne uygun olduğu fakat maddelerin doğrulanması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

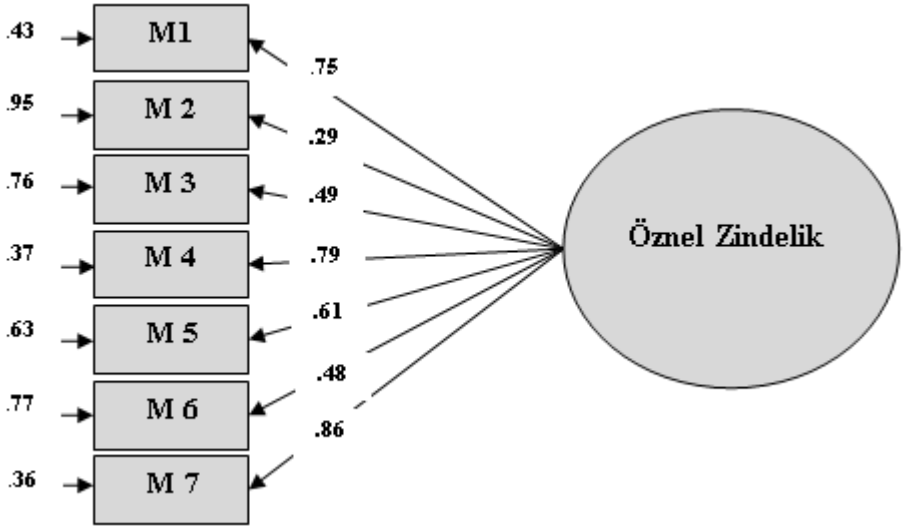
Tablo 1. AFA faktör yükleri ve varyans değeri

Madde	Faktör yükleri
1	.72
2	.30
3	.45
4	.71
5	.57
6	.46
7	.88
Varyans	%48.62

3.2.2.Doğrulayıcı Faktör Analizi

Ölçek maddelerinin Türk örnekleminde doğrulanıp doğrulanmadığını saptamak için 332 üniversite öğrencisinden elde edilen verilere tek boyutlu model için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri: $\chi^2=12.17$, $sd=7$, $p=0.09517$ RMSEA= .047, AGFI=.96, GFI=.99, NFI=.99, RFI=.97 ve SRMR=.023 olarak bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .29 ile .86 arasında sıralanmakta olup sonuçlar Şekil 1'de verilmiştir.

Şekil 1. Öznel Zindelik Ölçeğinin maddelerine ilişkin Path diyagramı



3.3.Uyum geçerliği

Ölçeğin uyum geçerliği çalışmasında, öznel zindelik ile öznel mutluluk arasında sırasıyla $p < .01$ önem düzeyinde ($r = .53$) pozitif ilişki bulunmuştur.

3.4.Güvenirlilik

İç tutarlılık. Öznel Zindelik Ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Test-tekrar test. Ölçek 33 gün ara ile aynı gruptan 61 kişiye tekrar uygulandığında, iki uygulama arasındaki korelasyon katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır.

3.5.Madde analizi

Düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu. Yapılan analiz sonucunda ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları .48 ile .74 arasında sıralanmakta olup sonuçlar Tablo 2.'de verilmiştir.

Tablo 2. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu değerleri

Madde No	Düzeltilmiş madde toplam korelasyonları
1	.63
2	.48
3	.61
4	.66
5	.71
6	.57
7	.74

4. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada yetişkinlerin öznel zindelik düzeylerini belirlemeye yönelik Öznel Zindelik Ölçeğinin (Subjective Vitality Scale) Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Öznel Zindelik Ölçeğinin geçerliği, faktör analizi, ayırt edici geçerlik ve benzer ölçek geçerliği ile belirlenmiştir. Faktör analizi açıklayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) şeklinde yapılmıştır. AFA uygulanmasının nedeni öznel zindelik Ölçeğinin orijinal formunun faktör yapısının Türk örneğinde değerlendirmek, DFA kullanılmasının nedeni orijinal formun faktör yapısının yetişkinler üzerinde doğrulanıp doğrulanmadığını incelemektir (Büyüköztürk vd., 2004; Sümer, 2000). AFA sonucunda faktör yükleri literatürde kabul edilebilir değer olan .30' dan (Büyüköztürk, 2012; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012) yüksektir. DFA sonucu ise ölçeğin tek boyutlu olarak iyi uyum verdiği ve kabul edilebilir bir fit değerine sahip olduğu söylenebilir. Çünkü SRMR ile RMSEA değerinin 0,05 ve altında çıkması iyi bir fit değerini, 0,08 ve altında olması ise kabul edilebilir bir fit değerini göstermektedir (Şimşek, 2007; Tabachnick ve Fidell, 2007). Fakat Path diyagramında 2. maddenin faktör indis değerinin .30'dan küçük çıkması normal kriterleri sağlamamakla birlikte yine de bir madde için kabul edilebilir bir değer olduğu söylenebilir (Sümer, 2000). Ayrıca 2. maddenin hem AFA'da ki madde faktör

yükünün hem de düzeltilmiş madde toplam korelasyon değerinin .30 ve yüksek olması maddenin atılmaması gerektiği kanısına ulaştırmıştır. Uyum geçerliği (ölçüt geçerliği) çalışması sonucunda ise ölçeğin geçerli olduğu sonucuna varılmıştır. Öznel Zindelik Ölçeğinin güvenilirlik çalışmaları sonuçlarına bakıldığında ise Cronbach-alfa iç tutarlık, madde toplam korelasyonu katsayıları ile test-tekrar test yöntemiyle elde edilen korelasyon katsayılarının kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir. Alan yazında Cronbach-alfa iç tutarlık güvenilirlik katsayısı minimum değeri .70; düzeltilmiş madde toplam korelasyon değerlerinin .30 kriterinden büyük olması (Erkuş, 2012) Öznel Zindelik Ölçeğinin psikolojik ölçme aracı geliştirme ve uyarlama kriterlerine uygun olduğunu göstermektedir.

Bostic, Rubio ve Hood (2000) Orta Batı Amerika örnekleminde yapmış oldukları bir çalışmada Öznel Zindelik Ölçeğini yapısal eşitlik modellemesi ile incelemişler ve ölçeğin tek boyuttaki uyum indeksi değerlerinin (GFI= .99, AGFI= .97, NFI= .98, RMSEA= .03) mükemmel olduğu sonucuna varmışlardır. Fini ve diğerlerinin (2010) İranlı öğrencilerle birlikte gerçekleştirdikleri bir çalışmada Öznel Zindelik Ölçeğinin iç tutarlık güvenilirlik katsayısını .94 olarak bulmuşlardır. Bu araştırma sonuçları şimdiki araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir. Başka bir deyişle Öznel Zindelik Ölçeğinin maddeleri evrensel nitelik taşımakta ve kültürel yapıdan pek fazla etkilenmemektedir.

Sonuç olarak, Öznel zindelik Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgular, Türk kültürüne uyarlanan 7 maddelik kendine değerlendirmeye yönelik olan ölçeğin yetişkinlerin Öznel Zindelik düzeylerini geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçmek amacıyla kullanılabileceğini göstermektedir. Uyarlanan ölçeğin psikometrik özellikleri özgün formu ile karşılaştırılacak olursa: Uyum indeksi değerleri özgün ölçekten çok daha yüksek olup; iç tutarlık güvenilirlik katsayıları eşittir. Ölçüt geçerliği çalışmasında özgün formun daha fazla değişkenle ilişkisine bakıldığı görülmüştür.

Öznel Zindelik Ölçeğinin bireylerin kendini zinde hissetme düzeyleri ile ilgili bilgi vermesi refah, iyi olma ve fiziksel rahatlık hakkında fikir sağlamanın yanı sıra yapılacak terapilerde ve psikolojik danışma uygulamalarına da birçok kolaylık oluşturacağı düşünülmüş; ayrıca ülkemizdeki konuyla ilgili alan yazın (psikoloji, sağlık, eğitim) incelendiğinde böyle bir ölçeğin olmaması, bu çalışmayla birlikte alan yazının zenginleşeceği fikrini uyandırmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği daha fazla sayıda katılımcı kullanarak açıklayıcı faktör analizi (AFA) yapılmalıdır. AFA uygularken temel bileşenler tekniği ile oblik döndürme yapılmadan, maddelerin kültürümüzde özgün formundaki gibi aynı alt boyutlarda toplanıp toplanamayacağı incelenebilir. Böyle yapılırsa iç tutarlık güvenilirlik katsayısı ve madde faktör yükleri ile madde toplam korelasyonları artabilir. Ölçeğin psikometrik özelliklerinin farklı çalışma gruplarıyla birlikte özellikle küçük yaş ve orta yetişkinliği aşmış yaş

gruplarında incelenmesi son derece önemlidir. Son olarak, öznel zindelik kavramının öz duyarlılık, özgünlük, öznel iyi olma, psikolojik iyi olma kavramlarıyla ilişkisine bakılması hem yurt içi hem de yurt dışı çalışmalara katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Akın, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness: A structural equation modeling. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15, 404–410.
- Akın, A. (2011). Öznel Mutluluk Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 3-5 Ekim, İzmir.
- Bostic, T. J., Rubio, D. M. ve Hood. M. A. (2000). Validation of the subjective vitality scale using structural equation modelling. *Social Indicators Research*, 52(3), 313–319.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö., Kahveci, Ö. ve Demirel, F. (2004). Güdülenme ve Öğrenme Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 4(2), 207–239.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.
- Erkuş, A. (2012). *Psikolojide ölçme ve ölçek geliştirme-I*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Fini, A. A. S., Kavousian, J., Beigy, A. ve Emami, M. (2010). Subjective vitality and its anticipating variables on students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 150–156.
- Gable, S. L. ve Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology*, 9, 103–110.
- Greenglass, E. R. (2006). Vitality and vigor: Implications for healthy functioning. In P. Buchwald (Ed.), *Stress and anxiety application to health, work place, community, and education*. Newcastle : Cambridge Scholars Press.
- Hu, L. T. ve Bnetler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structural analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1–55.
- Jou,, T. H. (1981). *The tao of tai-chi chuan*. Piscataway, NJ: Tai Chi Foundation

- Jöreskog, K. G. ve Sörbom, D. (1996). *Lisrel VI: Analysis of linear structural relationships by maximum likelihood, instrumental variables, and least squares methods*. Mooresville, IN: Scientific Software.
- Niemiec, C. P., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Bernstein, J., Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2006). The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization. *Journal of Adolescence*, 29, 761–775.
- Nix, R. A., Ryan, R. M., Manly, J. B. ve Deci, E. L. (1999). Revitalization through self-regulation: The effects of autonomous and controlled motivation on happiness and vitality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 35, 266–284.
- Ryan, R. M. ve Frederick C. (1997). On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529–565.
- Salama–Younes, M. (2011) Positive mental health, subjective vitality, and satisfaction with life for French physical education students. *World Journal of Sport Sciences*, 4(2), 90–97.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P., ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49–74.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş: Temel İlkeler ve Lisrel Uygulamaları*. Ekinoks Yayınları, Ankara.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Yılmaz, V. ve Çelik, H. E. (2009). *Lisrel ile Yapısal Eşitlik Modellemesi-I: Temel Kavramlar, Uygulamalar, Programlama*. Pegem Akademi Yayınları, Ankara
- Wikan, U. (1989). Managing the heart to brighten face and soul: Emotions in Balinese morality and health care. *American Ethnologist*, 16, 294–312.