

## ÖZ-ETKİLİLİK-YETERLİK ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE FORMUNUN GÜVENİLİRLİK VE GEÇERLİLİĞİ

Sebahat GÖZÜM\*

Seçil AKSAYAN\*\*

### ÖZET

*Bu makale, bireyin genel öz-etkililik-yeterlik algısını ölçmek amacıyla Sherer ve arkadaşları tarafından 1982 yılında geliştirilen öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasının sonuçlarını aktarmayı amaçlamaktadır. Metodolojik araştırma prensiplerine uygun olarak yapılan bu araştırma sonucunda, öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin Türkçe formunun güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu anlaşılmıştır.*

**Anahtar kelimeler:** Öz-etkililik-yeterlik ölçeği, Türkçe form, güvenilirlik, geçerlilik.

### THE RELIABILITY AND VALIDITY OF TURKISH FORM OF THE SELF-EFFICACY SCALE

#### ABSTRACT

*This article aims to indicate the results of the reliability and validity study of Turkish form of the self-efficacy scale developed by Sherer et al. in 1982 in order to measure general self efficacy perceived of individual. As a result of this research carried out in accordance with methodological research principles, the self-efficacy scale has been understood to be a reliable and valid measurement scale of Turkish form.*

**Key words:** The self-efficacy scale, Turkish form, reliability, validity.

### GİRİŞ

Öz-etkililik ya da Senemoğlu (1998) tarafından adlandırıldığı gibi öz-yeterlik (self-efficacy), bireyin davranışları üzerinde etkili olan bilişsel algılama faktörlerinden birisidir (Jhonson ve ark 1993, Pender 1987, Palank 1991). Bireyleri sağlığa zarar veren olumsuz davranışlardan koruyup, sağlığı geliştiren olumlu davranışlar kazandırmaya çalışan hemşirelerin, bireyin davranışları üzerinde davranış sürecini kontrol ederek etkili olan bu bilişsel-algısal faktöre ilişkin bilgisinin olması önemlidir.

Self-efficacy terimi sınırlı sayıda Türkçe literatürde iki şekilde karşılık bulmaktadır. 1-öz-etkililik (Aksayan ve Gözüm 1998) 2-öz-yeterlik (Senemoğlu

\* Atatürk Üniv. Hemşirelik Yüksekokulu Halk Sağlığı Hemşireliği (Yrd.Doç.Dr.)

\*\* Marmara Üniv. Hemşirelik Yüksekokulu Halk Sağlığı Hemşireliği (Doç.Dr.)

1998).Bu çalışmada her iki Türkçe karşılığın kullanılmasının temel amacı ilgili okuyucu kitlesinin dikkatini çekebilmek ve en uygun Türkçe terminolojinin bulunması için tartışma ortamı oluşturmaktır.

Öz-etkililik-yeterlik;“ bireyin belli bir eylemi başarıyla yapma veya olayları kontrol edebilme algısı veya yargısı” (Magil 1993)“ ya da bireyin belirli bir performans düzeyini başarma kapasitesine ilişkin yargısı” olarak tanımlanmaktadır (Bandura 1982).En son Türkçe bir kaynakta (Senemoğlu1998),öz-etkililik-yeterliğe teknik olarak “algılanan öz-yeterlik“ denilmekte ve Bandura’ nın yaptığı daha kapsamlı bir tanıma yer verilmektedir. Buna göre;“ bireyin belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip başarılı olarak yapma kapasitesine ilişkin kendi yargısına öz-etkililik-yeterlik denir."Başka bir anlatımla,öz-etkililik-yeterlik bireyin gelecekte karşılaşılabileceği güç durumların üstesinden gelmede ne derecede başarılı olabileceğine ilişkin kendi hakkındaki yargısı, inancıdır (Senemoğlu 1998).

Bandura’ nın davranış üzerine etkili olduğunu düşündüğü temel kavramlardan biri olan öz-etkililik-yeterlik,sosyal öğrenme kuramının temel bileşenlerinden birisidir. Son yıllarda ülkemizde tartışılmaya başlanan “Sağlığı Geliştirme Modeli“ Pender tarafından Bandura’ nın sosyal öğrenme kuramından temel alınarak geliştirilmiştir. Bu model,sağlığı geliştirici unsurları ve tahmin edilen nedensel mekanizmaları açıklayıp tanımlamaktadır (Jhonson ve ark.1993,Pender 1987).Bu modelde bireyin öz-etkililik-yeterlik algısının sağlığı geliştiren davranışların başlatılması ve sürdürülmesinde önemli bir belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Jhonson ve ark 1993, Palank 1991, Pender 1987).

Sağlığın geliştirilmesi modelinin dışında sağlık psikologları öz-etkililik-yeterliğin diğer birçok sağlık davranışı kuramında da önemli bir bileşen olduğunu belirtmişlerdir (Schwarzer ve Fuchs 1995).Schwarzer tarafından yine Bandura’ nın sosyal öğrenme kuramından esinlenerek geliştirilen ve bir sağlık davranışı değişim modeli olan Sağlık Eylem Süreci Yaklaşımı’ nda (The Health Action Process Approach HAPA),bireyin öz-etkililik-yeterlik algısının davranışı benimseme, davranışa başlama ve değişimi sürdürmede çok önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir (Schwarzer ve Fuchs 1995).Ayrıca,insanların sağlıkla ilgili davranışlarını açıklayan Sağlık İnanç Modeli (Health Belief Model),algılanan davranışsal kontrolü (perceived behavioral control) açıklayan kuramlar ve Koruyucu Motivasyon Kuramı’ nda (Protection Motivation Theory)bireyin öz-etkililik-yeterlik algısının majör bir belirleyici olduğu belirtilmektedir (Schwarzer ve Fuchs 1995).

Schwarzer ve Fuchs (1995) cinsel risk davranışları,fiziksel egzersiz, beslenme ve ağırlık kontrolü ve alışkanlık yaratan maddelerle ilgili davranışların kontrolünde bireyin öz-etkililik-yeterlik algısının önemini gösteren pek çok araştırma sonucuna değinmişlerdir. Yine, Redland ve Stuijbergen (1993), Stretcher ve arkadaşlarının analiz ettiği 21 çalışmada öz-etkililik-yeterlik algısının sağlık davranışlarının belirleyicisi olduğunu vurgulamışlardır. Bireyin öz-etkililik-yeterlik algısının sağlık davranışları üzerine etkisini gösteren bir çok araştırma sonucuna Aksayan ve Gözüm' ün (1998)çalışmalarında da yer verilmiştir.

Öz-etkililik-yeterlik esasen duruma özel inanç ve algı olarak kavramlaşmıştır. Bununla birlikte,bireyin genel öz-etkililik-yeterlik algısı duruma özel beklentisine de katkıda bulunur (Sherer ve ark.1982).Birey öz-etkililik-yeterlik algılarını bir başkasına aktarabilir. Örneğin;yapılan bir çalışmada (Leonard ve ark.1998) öz-etkililik-yeterlik algısı yüksek olan annelerin diabetik çocuklarının öz-bakım ve kendi kendine idare süreçlerinin düşük olan gruba göre oldukça iyi olduğu bulunmuştur.

Bu makale,bireyin herhangi bir duruma spesifik olmayan,diğer deyişle genel öz-etkililik-yeterlik algısını ölçmek amacıyla Sherer ve arkadaşları tarafından 1982 yılında geliştirilen öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin (The Self Efficacy Scale)Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasının sonuçlarını aktarmayı amaçlamaktadır.

### ***ÖZ-ETKİLİLİK-YETERLİK ÖLÇEĞİ'NİN ÖZELLİKLERİ***

Davranış ve davranışsal değişimleri değerlendirmek üzere 1982 yılında Sherer ve arkadaşları tarafından geliştirilen öz-etkililik-yeterlik ölçeği Likert tipi bir öz değerlendirme ölçeğidir. İlk çalışmada (Sherer ve ark. 1982)14 dereceli bir ölçekle derecelendirilen ölçek, daha sonra 5 dereceli değerlendirmeye dönüştürülmüştür (Sherer ve Adams 1983).23 maddelik ölçekte her bir madde için; 1-“beni hiç tanımlamıyor“, 2-“beni biraz tanımlıyor“, 3-“karasızım“, 4-“beni iyi tanımlıyor“, 5-“beni çok iyi tanımlıyor“ seçeneklerinden birisinin işaretlenmesi istenmektedir. Her madde için verilen puan esas alınır. Ancak 2, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20, 22. maddeler ters yönde puan almaktadır. Böylece ölçekten en az 23 en fazla 115 puan alınabilmektedir.

Ölçekteki maddeler herhangi spesifik bir davranışı göz önüne almaksızın, genel anlamda davranışa başlama, davranışı tamamlama ve herhangi engelleyici bir durumda bile davranışı sürdürme isteğini değerlendirecek nitelikte hazırlanmıştır. Orijinal ölçeğin yapı geçerliliğinde iki faktör ortaya çıkmıştır. 1:Herhangi bir

spesifik davranışı hesaba katmayan genel öz-etkililik-yeterlik faktörü ve 2:Sosyal durumlardaki algıları yansıtan sosyal öz-etkililik-yeterlik faktörü.

Ölçekten alınan toplam puandaki yükselme, bireyin öz-etkililik-yeterlik algısının iyi düzeyde olduğu anlamına gelmektedir. Bireyin kendi etkililiğini-yeterliğini algılayıp kendisi hakkında bir yargıda bulunabilecek düzeyde olduklarından ergen ve yetişkinlere uygulanır.

### **AMAÇ**

Batı ülkelerinde bireyin sağlık davranışlarının belirleyicisi olarak oldukça fazla önem görmesi ve ülkemizde konuyla ilgili bilgi ve çalışma sınırlılıkları dikkate alınarak, bireyin herhangi bir duruma spesifik olmayan öz-etkililik-yeterlik algısını değerlendiren bir ölçme aracının (The Self efficacy Scale)Türkçe formunun güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olup olmadığının sınılanması bu çalışmanın temel amacını oluşturmuştur.Bu çalışmanın bir diğer amacı, hem genel hem de spesifik alanlarda kültürümüze uygun öz-etkililik-yeterlik algılarını daha yeterli bir şekilde yansıtabilecek yeni ölçeklerin geliştirilmesine öncülük edebilmektir.

### **YÖNTEM**

Bu çalışma metodolojik araştırma türüne uygun olarak planlanıp gerçekleştirilmiştir. Bireyin sosyal öğrenme aracılığıyla davranış kazanmasında aileden sonra en etkili bireyin öğretmenler olduğu dikkate alınarak, bu çalışmanın kapsamına ilköğretim düzeyindeki sınıf öğretmenleri alınmıştır.Likert tipi bir ölçeği doldurmanın belirli bir eğitim seviyesinde daha sağlıklı olabileceği düşüncesi öğretmenlerin seçiminde bir diğer belirleyici olmuştur. Erzurum' da 1.kademesi bulunan toplam 61 ilköğretim okulundan en fazla öğretmene sahip olan 4 okuldaki toplam 139 sınıf öğretmenin bu araştırma kapsamına alınması düşünülmüştür. Araştırma için gereken izinler kurumlardan ve araştırmaya katılacak kişilerden alındıktan ve ölçek uygulandıktan sonra eksiksiz veri sağlayan toplam 133 öğretmenin verileri değerlendirilmiştir.

### **UYGULAMA**

Araştırmanın ilk aşamasında ölçeğin dil geçerliliğine yönelik çalışmalar yürütülmüştür. Öncelikle araştırmacılar tarafından yapılan çeviriler daha sonra her iki dili bilen 8 İngiliz dil bilimi öğretim üyesi tarafından İngilizce' den Türkçe' ye çevrilmiş, en uygun ifadeler seçildikten sonra ölçeğin yeniden İngilizce' ye çevirisi (back translation) yine ana bilim dalı İngiliz dili olan ve uzun bir süre yurtdışında kalmış olan bir okutmana yaptırılmıştır. Geri çevirinin orijinal ölçek ifadeleriyle karşılaştırılması yapıp,gerekli düzeltmelere gidildikten sonra Türkçeleştirilen form,içerik geçerliliği açısından Atatürk ve Marmara üniversitelerinde Hemşirelik

ve Psikoloji bölümlerinde görev yapan öğretim üyelerinin görüşlerine sunulmuştur. Öneriler doğrultusunda daha anlaşılır hale getirilen ifadelerle ölçeğe son şekli verilmiştir. Araştırma kapsamına alınacak öğretmenlerle benzer özelliklere sahip olan 10 kişilik bir öğretmen grubuna ön uygulama yapıldıktan sonra araştırmanın yürütüleceği öğretmen grubunda uygulamaya geçilmiştir. Ön uygulama yapılan grubun verileri araştırma kapsamına dahil edilmemiştir. Önceden randevu alınan okullarda katılımcıların birbirlerinden etkilenmelerini engelleyen önlemler alınarak yapılan uygulamada formların cevaplandırıl- masının yaklaşık 5-10 dakika sürdüğü gözlemlenmiştir. İlk uygulamadan sonra tekrar test (re-test) için randevu alınmış ve tekrar test 27 gün sonra yapılmıştır.

Araştırmada ölçeğin güvenilirliğine ilişkin gerekli olan istatistiksel analizler SPSS for Windows 6.0 programında yapılmıştır. Ölçeğin zamana karşı değişmezliğini test etmek amacıyla önerilen (Karasar 1995, Fırat 1995) test-tekrar test güvenilirliği için Pearson Momentler Çarpımı uygulanmıştır.

Öz etkililik- yeterlik ölçeğinin faktör yapısını saptamak için Principal Compenent yöntemi Varimaks rotasyonu ile yapılmıştır. Elde edilen faktörlerin ve tüm ölçek maddelerinin iç tutarlılığı Cronbach Alfa katsayısı ile değerlendirilmiştir.

## **BULGULAR**

Öz- etkililik- yeterlik ölçeğinin bu çalışmadaki test-tekrar- test güvenilirlik katsayısı  $r = .92$  olarak bulunmuştur.

Öz-etkililik- yeterlik ölçeğinin faktör yapısını incelemek amacıyla yapılan faktör analizi sonucu, özdeğeri (eigenvalue) 1' i aşan 6 faktör elde edilmiştir. Toplam varyansın % 54.4' ünü açıklayan bu faktörlerin Varimaks rotasyonu sonrasındaki faktörlerin örüntüleri, özdeğerleri ve açıkladıkları varyansın yüzdeleri Tablo: 1' de gösterilmiştir.

Öz-etkililik -yeterlik ölçeğinin 4 faktörlü çözümlemesi sonucu oluşan örüntüsü Tablo: 2' de özetlenmiştir. Özdeğeri en az 1 olarak kabul edilen 4 faktörlü çözümleme sonucu oluşan faktörlerin varimaks rotasyonu sonucu oluşan faktörler, toplam varyansın % 44.6 sını açıklamaktadır. Tablo:2' deki Faktör-1 ile Faktör-2'nin yerleri anlam sıralamasını sağlamak amacıyla birbiriyle değiştirilmiştir. Buna göre;Faktör-1' in özdeğeri 2.43,açıkladığı varyans % 10.6,Faktör-2' nin özdeğeri 4.67,açıkladığı varyans % 20.3, Faktör-3' ün özdeğeri 1.78,açıkladığı varyans % 7.7 ve Faktör-4' ün özdeğeri 1.37,açıkladığı varyansın oranın ise % 6 olduğu saptanmıştır.

Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin tüm ifadelerinin dahil edildiği Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Tablo: 3' te Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin alt boyutlarının ve toplamının madde sayıları, alınabilecek alt ve üst puan aralığı ve Alfa değerleri özetlenmiştir.

Tablo-1: Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin cevaplarına uygulanan Temel Bileşenler Analizi ve Varimax Rotasyonu sonrasında ortaya çıkan faktörlerin örneklere

Faktörler	Öz değeri (eigenvalue)	Açıkladığı varyansın yüzdesi	Katılan madde no	Faktör ağırlığı
Faktör-1	4.67	20.3	4	.61
			5	.70
			6	.75
			7	.73
			10	.60
			14	.52
			16	.49
Faktör-2	2.42	10.6	12	.45
			17	.51
			18	.60
			20	.69
			22	.70
Faktör-3	1.78	7.7	3	.79
			13	.44
			15	.69
			23	.62
Faktör-4	1.37	6.0	8	.45
			9	.46
			19	.63
			21	.72
Faktör-5	1.52	5.0	11	.69
Faktör-6	1.1	4.8	1	.82
			2	.47(-)

Tablo-2: Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin 4 faktörlü Temel Bileşenler Analizi ve Varimaks Rotasyonu sonrası ortaya çıkan örüntüleri

Faktörler	Madde no	Maddeler	Faktör ağırlığı
Faktör-1 Davranışa başlama	2	Yapmam gereken bir işe girişememe gibi bir problemim vardır.	.52
	11*	Beklenmedik problemler ortaya çıktığında üzerinde fazla durmam.	.35
	12	Benim için çok zor göründüklerinde,yeni şeyler için çaba göstermekten kaçınırım.	.54
	14	Bir şeyleri yapabilme konusunda kendime fazla güvenmem.	.52
	17	Hayatta ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme yeteneğini kendimde bulamam.	.58
	18	Yeni arkadaş edinmek benim için zordur.	.65
	20	Arkadaşlık kurulması güç ilginç birisiyle tanışsam, o kişiyle arkadaş olmaktan hemen vazgeçerim.	.56
	22	Sosyal toplantılarda kendimi rahat hissetmem.	.70
Faktör-2 Davranışı sürdürme	4	Kendim için önemli hedefler koyduğumda nadiren başarırım.	.59
	5	İşleri yapıp sonuçlandırmadan yapmaktan vazgeçerim.	.66
	6	Zorluklarla karşılaşmaktan kaçınırım.	.74
	7	Bazı işler çok karışık görünüyorsa yapmak için sıkıntıya girmem.	.72
	10	Yeni bir şey öğrenmeye çalıştığımda başlangıçta başarılı olamazsam hemen vazgeçerim.	.57
	16	Kolaylıkla vazgeçerim.	.48
	19**	Tanışmak istediğim birisini görürsem,onun bana gelmesini beklemek yerine ben giderim.	-.47
Faktör-3 Davranışı tamamlama	3	Bir işi bir seferde yapamıyorsam, yapıncaya kadar devam ederim.	.67
	8	Hoşlanmadığım ancak yapmam gereken işler varsa bitirinceye kadar uğraşırım.	.56
	9	Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim.	.55
	15	Ben kendime güvenen bir insanım.	.70
	23	Arkadaşlarımı, arkadaş edinmede kişisel yeteneklerimle kazanırım.	.59
Faktör-4 Engellerle mücadele	1	Yaptığım planları gerçekleştireceğimden eminim.	.54
	13	Başarısızlık beni daha çok teşvik eder.	.48
	21	Bana ilgi göstermeyen biriyle arkadaş olmaya çalıştığımda kolaylıkla vazgeçmem.	.70

\*Bu faktörün isimlendirilmesinde 11.madde dikkate alınmamıştır.

\*\*Bu faktörün isimlendirilmesinde 19. madde dikkate alınmamıştır.

Tablo-3:Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin Crobach Alfa iç tutarlılık katsayıları

Faktörler*	Madde sayısı	Alınabilecek alt ve üst değerler	Alfa değeri
Faktör-1: Davranışa başlama	8	8-40	.82
Faktör-2: Davranışı sürdürme	7	7-35	.77
Faktör-3: Davranışı tamamlama	5	5-25	.79
Faktör-4: Engellerle mücadele	3	3-15	.64
TOPLAM: Öz-etkililik-yeterlik	23	23-115	.81

\*Faktör-1 ile Faktör-2' nin yerleri anlam sıralamasını sağlamak amacıyla birbiriyle değiştirilmiştir.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

İyi bir ölçme aracında aranan temel nitelikler güvenilirlik ve geçerliliğdir.

Güvenilirlik aynı şeyin bağımsız ölçümleri arasındaki kararlılıktır. Bir başka anlatımla, aynı süreçlerin izlenmesi ve aynı ölçütlerin kullanılması ile aynı sonuçların alınması; ölçmenin tesadüfi yargılardan arınık olmasıdır (Karasar 1995,).

### *Türkçe Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeğinin Güvenilirliği*

Yapılan bir ölçmede kullanılacak güvenilirlik ölçütlerinden birisi “zamana göre değişmezlik” tir. Pratikte en çok uygulanan bu teknik daha çok “test-tekrar-test” (test-re-test) tekniği olarak da bilinir.

Zamana göre değişmezlik ölçütü ile bulunacak güvenilirlik katsayısı için çoğunlukla Pearson' un çarpım momentler korelasyonu tercih edilir (Karasar 1995, Fırat 1995).

Bu çalışmada test-tekrar test güvenilirlik ölçütü için ilk test uygulamasından 27 gün sonra tekrar test uygulaması yapılırken maximum düzeyde aynı koşullar sağlanmış ve Pearson momentler çarpımı sonucu elde edilen test-tekrar test korelasyon güvenilirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Bu katsayı öz-etkililik-



yeterlik ölçeğinin zamana göre değişmezliğinin oldukça tutarlı olduğunu göstermektedir.

Bir ölçeğin güvenilirliğini yansıtan bir değer ölçüt "iç tutarlılık" tır. İç tutarlılığı değerlendirmek üzere en fazla Cronbach' ın Alfa güvenilirlik katsayısı tercih edilir (Karasar 1995, Fırat 1995).

Bu çalışmada öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin iç tutarlılığı Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ile değerlendirilmiş ve .81 gibi iç tutarlılığın oldukça iyi bir seviyede olduğunu gösteren bir değer bulunmuştur (Tablo :3). Bir başka anlatımla elde edilen bu yüksek iç tutarlılık katsayısı, bu ölçeğin homojenliğinin yeterli düzeyde olduğuna işaret etmektedir.

### ***Türkçe Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeğinin Geçerliliği***

Bir ölçeğin geçerliliğini değerlendirmede en çok tercih edilen "içerik geçerliliği" ve "yapı geçerliliği" ölçütleridir (Karasar 1995).

İçerik geçerliliğini belirlemek için yapılacak ilk iş, ölçme aracını bir uzman gruba incelemek olmalıdır. Grubun önerilerine göre gerekli görülen düzeltmeler sonrası ölçme aracının kullanılabilmesi belirtilmektedir (Karasar 1995).

Bu çalışmada, çeviri ve geri çevirisi yapılan öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin, istenilen alanı temsil edip ölçebilirliği, Atatürk ve Marmara üniversitelerinde, Hemşirelik ve Psikoloji bölümlerinde öğretim üyesi olan kişilerin görüşlerine sunulmuş ve öneriler doğrultusunda ifadelerin daha rafine edilmesi yoluna gidilerek "içerik geçerliliği" ölçütü sağlanmaya çalışılmıştır.

Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin "yapı geçerliliğine" ilişkin olarak yapılan Temel Bileşenler Analizi (Principal Component Analysis) ile ölçeğin faktör yapısı incelenmiştir. Ölçeği geliştiren Sherer ve arkadaşları (1982 ) herhangi bir alana özel olmayan bir öz etkililik-yeterlik algısını ölçmek üzere maddeleri yazarken 3 alan üzerine odaklandıklarını belirtmişlerdir. Bunlar;

- 1-Başlangıç davranışına isteklilik
- 2-Davranışın tamamlanmasında çabayı artırma istekliliği
- 3-Sıkıntıyla yüz yüze olmadaki ısrarlı tutum (engellerle mücadele).

Bununla birlikte faktör çözümlemesinde genel ve sosyal alana yönelik etkililik-yeterlik algılarını yansıtan iki boyut elde ettiklerini bildirmişlerdir.

Bu çalışmada, kültürel farklılıkların yaratabileceği sonucu görmek amacıyla, Temel Bileşenler Analizinde öz değeri (eigenvalue) 1' i aşan sınırsız bir çözümleme varimax rotasyonuyla benimsenmiştir. Bu çözümleme sonucunda Tablo :1' de görüldüğü gibi 6 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu çözümleme sonucu, aynı faktörlerde yüklenen maddelerin uyumu dikkat çekmekle birlikte, 5.

faktörde tek bir maddenin yer aldığı ve 6. Faktördeki 2 maddenin birbiriyle uyumlu olmadığı ve gerçekte diğer faktörlerle uyumlanabileceği dikkati çekmiştir. Bu görüş doğrultusunda,yine öz-değeri 1 olan sırasıyla 5,4,3 ve 2 faktörlü çözümlenmeler sınanmıştır. Bu çözümlenmeler sonucunda,maddelerin toplandığı alanlar ve faktör ağırlıkları dikkate alınarak en uygun çözümlenmenin 4 faktörlü yapı olduğuna karar verilmiştir. (Tablo: 2).

23 ifadeli ölçeğin 22 maddesinden alınan faktör ağırlıkları .40' ın üzerinde bulunmuş olup orijinal çalışmada (Sherer ve ark. 1982) belirlenen sınır ve bulunan değerlerle uyumludur. Faktör 1' deki 11.maddenin faktör ağırlığı .40' ın altında olmakla birlikte (.35) bu tür ölçeklerde kabul edilen alt sınırın (.30) üzerinde bir ağırlığa sahip olduğu için bu madde ölçekten çıkarılmamıştır.11. maddenin daha geniş açılımı "beklenmedik problemler ortaya çıktığında,onlara gerekli çözümü getiremem" şeklindedir ve bu madde negatif yönde puan almaktadır. Kavramsal açıdan 11. maddenin,içine girdiği davranışa başlamayla ilgili Faktör 1' den ziyade,engellerle mücadeleyle ilgili maddelerin toplandığı Faktör 4 ile daha iyi uyum gösterdiği düşünülmektedir. Bu nedenle,Faktör 1' in isimlendirilmesinde bu madde dikkate alınmamıştır.

Benzer şekilde,Faktör 2' de yüklenen 19.maddenin kavramsal olarak Faktör 1' de yer alması beklenirdi. Ancak ters puanlama nedeniyle bu madde Faktör 2 ile de oldukça iyi bütünleşmektedir. Bununla birlikte, Faktör 2' nin isimlendirilmesinde 19.madde dikkate alınmamıştır. Türkçe öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin faktör yapısı,orijinal ölçekteki yapı ile benzerlik göstermemektedir. Bununla birlikte, ölçeğin maddelerinin yazılmasında dikkate alınan temel kavramlarla bu çalışmada ortaya çıkan faktörler oldukça iyi örtüşmektedir. Faktörlerin isimlendirilmesinde kavramsal yapı ve uzman görüşü dikkate alınmıştır.

Sonuç olarak, öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin Türkçe formunun oldukça yeterli güvenilirlik ve geçerlilik göstergelerine sahip bir ölçme aracı olduğu saptanmıştır. Ölçek, herhangi bir alana spesifik olmayan, genel öz-etkililik-yeterlik algısını oldukça sağlam bir şekilde ölçebilmektedir.

Bu çalışmaya katılanların eğitim seviyesi ve yaş grubu dikkate alındığında,özellikle erişkin yaş grubunda ve eğitilmiş kişiler üzerinde yapılacak araştırmalarda ölçeğin güvenle kullanılabileceği düşünülmektedir.

Orijinal ölçek Meksika kökenli Amerikalı kadınların sağlığı geliştiren davranışlarını ölçen bir çalışmada (Duffy 1996) bireyin sağlık davranışlarını belirlemede,ilişkisel olarak kullanılmıştır. Ülkemizde de sağlık davranışlarına başlama ve sürdürmeyi belirleyici faktörleri araştıran çalışmalarda,bireyin öz-

etkililik-yeterlik algısının etkisini belirlemede, bu ölçeğin rahatlıkla kullanılabilmesi söylenebilir.

Türkçe öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin alt gruplarındaki madde dağılımları sayı olarak farklılık gösterdiği ve bazı maddeler (11. ve 19. maddeler) içinde buldukları faktörle çok iyi uyum gösteremedikleri için yapılacak araştırmalarda alt boyutların ayrı ayrı kullanılması yerine şu aşamada toplam puan üzerinden değerlendirme yapılması önerilir.

Ayrıca bu çalışmada geçerlilik ve güvenilirliği yapılan öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin, bu konuda kültürümüze daha uygun genel veya duruma özel (diabet yönetimi için öz-etkililik-yeterlik ölçeği, egzersize yönelik öz-etkililik-yeterlik ölçeği gibi) öz-etkililik-yeterlik algısını değerlendirebilecek yeni ölçme araçlarının geliştirilmesine rehberlik edebileceği düşünülmektedir.

#### KAYNAKLAR

1. Aksayan S, Gözüm S (1998). Olumlu sağlık davranışlarının başlatılması ve sürdürülmesinde öz-etkililik (kendini etkileme) algısının önemi, Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi,2(1), 35-42
2. Bandura A (1982). Self-efficacy mechanism in human agency , American Psychologist 37(2),122-47
3. Duffy ME et al.(1996). Corraletes of health promotion activities in employed mexican american women,Nursing Research, 45(1),18-24
4. Fırat SÜO (1995). Marmara üniversitesi' nin sosyal bilim öğrencilerinin çok değişkenli istatistik tekniklerle analizi,Doçentlik çalışması, İstanbul
5. Jhonson JL et al.(1993). An exploration of Pender' s Health Promotion Model using Lisrel,Nursing Research,42(3),132-37
6. Leonard BJ et al.(1998). Self-management development in children and adolescents with diabetes: the role of maternal self-efficacy and conflict, Journal of Pediatric Nursing 13(4), 224-33
7. Karasar N (1995). Bilimsel Araştırma Yöntemi,7. Basım, Ankara
8. Magil FN (Eds) (1993). Survey of social science, Psychology series, Salem press, Englewood Cliff. N.J. //trochim cornell edu/gallery/walkley/self-eff.htm
9. Palank CL (1991). Determinants of health promotive behavior , Nurs Clin North Am,26(4), 815-31
10. Pender NJ (1987). Health Promotion in Nursing Practice,2nd edition, Appleton&Lange, USA

11. Redland A, Stuijbergen AK (1993). Strategies for maintenance of health promoting behaviors, Nurs Clin North Am, 28(2), 427-42
12. Senemoğlu N (1998). Gelişim Öğrenme ve Öğretim.Kuramdan Uygulamaya ,Özsen matbaası, Ankara
13. Schwarzer R, Fuchs R (1995). Self-efficacy and health behaviors, To appear in :Conner M, Norman P Predicting Health Behavior. Research and Practice with Social Cognition Models, Buchingham open university press --[http://userpage.fu-berlin.de/~ru\\_ahahn/publicat/conner9.htm](http://userpage.fu-berlin.de/~ru_ahahn/publicat/conner9.htm)
14. Sherer M et al. (1982). The self-efficacy scale construction and validation, Psychological Reports, 51,663-71
15. Sherer M, Adams CH (1983). Construct validation of the self-efficacy scale, Psychological Reports,53, 899-902

## TÜRKÇE ÖZ-ETKİLİLİK-YETERLİK ÖLÇEĞİNİN ÖZELLİKLERİ

Ölçtüğü nitelik: Ölçekteki sorular dört alan üzerine odaklanmıştır.

1-Davranışa başlama

2-Davranışı sürdürme

3-Davranışı tamamlama

4-Engellerle mücadele

Ölçekteki sorular herhangi bir davranış baskınlığını hesaba katmadan genel öz-etkililik-yeterlik algısını ölçer. Öz-etkililik-yeterlik beklentilerinin bireysel terapide değişmesi gerektiği için ölçek,terapide kaydedilen gelişimi, kronolojik bir şekilde takip etmede kullanılabilir.

**Ölçek türü:**Kendi kendine değerlendirme ölçeğidir. Gruba uygulanabilir.

**Kimlere uygulanabileceği:** Bireyin kendi etkililiği-yeterliliğini algılayabilmesi bakımından ergen ve yetişkinlere uygulanır.

**Uygulama süresi:** Zaman sınırlaması yoktur.5-6 dakikada uygulanabilir.

**Kapsamı:** 23 maddeden oluşan,1-5 arası puanlanan likert tipi bir ölçektir.

**Uygulanışı:** Bireylerin kendi kendilerine uygulayabilecekleri, uygulanışı kolay bir ölçektir.

**Yanıtlanması:** Her madde için, 1-“Beni hiç tanımlamıyor“ , 2-“Beni biraz tanımlıyor“ , 3-“Karasızım“ , 4-“Beni iyi tanımlıyor“ , 5-“Beni çok iyi tanımlıyor“ seçeneklerinden birinin işaretlenmesi istenmektedir.

**Puanlanması:** Her soru için verilen puanlar esas alınır. Ancak 2-4-5-6-7-10-11-12-14-16-17-18-20-22- numaralı sorular ters yönde puan almaktadır. Böylece,her birey en düşük 23,en yüksek 115 arasında bir toplam puan alabilmektedir.

**Yorumlanması:** Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği genel öz-etkililik-yeterlik algısının yüksek, toplam puanın düşüklüğü ise öz-etkililik-yeterlik algısının düşük seviyede olduğuna işaret etmektedir.

**Ölçeğin özgün adı:** The Self-Efficacy Scale

**Geliştirenler:**Sherer M et al. The Self-Efficacy Scale; Construction and Validation, Psychological Reports 51:663-71,1982

**Ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerliliğini yapanlar:** Sebahat GÖZÜM, Seçil AKSAYAN

## ÖZ-ETKİLİLİK-YETERLİK ÖLÇEĞİ

### Yönerge

Aşağıda herhangi bir durumda insanların nasıl davranacaklarını ve düşüneceklerini anlatan 23 ifade vardır. Lütfen her bir maddeyi dikkatle okuyarak o maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz. Verdiğiniz karara göre aşağıdaki ölçeği dikkate alarak yandaki rakamlardan uygun olanı yuvarlak içine alınız.

1-Beni hiç tanımlamıyor.

2-Beni biraz tanımlıyor.

3-Karasızım.

4-Beni iyi tanımlıyor.

5-Beni çok iyi tanımlıyor.

1.Yaptığım planları, gerçekleştireceğimden eminim.	1	2	3	4	5
2.Yapmam gereken bir işe girişememe gibi bir problemim vardır.	1	2	3	4	5
3.Bir işi bir seferde yapamıyorsam, yapıncaya kadar devam ederim.	1	2	3	4	5
4.Kendim için önemli hedefler koyduğumda,nadiren başarırım.	1	2	3	4	5
5.İşleri yapıp sonuçlandırmadan yapmaktan vazgeçerim.	1	2	3	4	5
6.Zorluklarla karşılaşmaktan kaçınırım.	1	2	3	4	5
7.Bazı işler çok karışık görünüyorsa yapmak için sıkıntıya girmem.	1	2	3	4	5
8.Hoşlanmadığım ancak yapmam gereken işler varsa bitirinceye kadar devam ederim.	1	2	3	4	5
9.Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim.	1	2	3	4	5
10.Yeni bir şeyler öğrenmeye çalıştığımda, başlangıçta başarılı olamazsam hemen vazgeçerim.	1	2	3	4	5
11.Beklenmedik problemler çıktığında üzerinde fazla durmam.	1	2	3	4	5
12.Benim için çok zor göründüklerinde, yeni şeyler öğrenmek için çaba göstermekten kaçınırım.	1	2	3	4	5
13.Başarısızlık beni daha çok teşvik eder.	1	2	3	4	5
14.Bir şeyleri yapabilme konusunda kendime fazla güvenmem.	1	2	3	4	5
15.Ben kendime güvenen bir insanım.	1	2	3	4	5
16.Kolaylıkla vazgeçerim.	1	2	3	4	5
17.Hayatta ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme yeteneğini kendimde bulamam.	1	2	3	4	5
18.Yeni arkadaş edinmek benim için zordur.	1	2	3	4	5
19.Tanışmak istediğim birisini görürsem, onun bana gelmesini beklemek yerine ben giderim.	1	2	3	4	5
20.Arkadaşlık kurulması güç, ilginç biriyle tanışırsam,o kişiyle arkadaş olmaktan hemen vazgeçerim.	1	2	3	4	5
21.Bana ilgi göstermeyen birisiyle arkadaş olmaya çalıştığımda kolaylıkla vazgeçmem	1	2	3	4	5
22.Sosyal toplantılarda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5
23.Arkadaşlarımı, arkadaş edinmede kişisel yeteneklerimle	1	2	3	4	5