

## PSİKOLOJİK DAYANIKLILIĞI NASIL ÖLÇEBİLİRİZ?: BİR TÜRK ÖRNEKLEMİNDE KİŞİSEL GÖRÜŞ ÖLÇEĞİ-II'nin GEÇERLİK-GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

İ. Motan\*, F. Gençöz\*\*

### ÖZET

**Amaç:** Literatürde, psikolojik ve fiziksel sağlığı stresin olumsuz etkilerine karşı korumasıyla bilinen "Psikolojik Dayanıklılık/Hardiness" kişilik özelliği, ülkemizde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı bulunmadığından çalışılmamaktadır. Bu çalışmanın amacı, "Psikolojik Dayanıklılık" özelliğini ölçen, 50 madde ve üç alt ölçekten (Kontrolü elinde tutma, Yükümlülük, Mücadelecilik) oluşan, "Kişisel Görüş Ölçeği-II"nin (Personal View Survey-II; Maddi,1987, -Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği olarak isimlendirilecektir-) Türkçe uyarlaması için, üniversite örnekleminde geçerlik ve güvenilirliğini araştırmaktır. **Yöntem:** Bu çalışmada, 100 üniversite öğrencisine, psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğini ölçen "Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği"nin (PDÖ) yanı sıra, Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Başa Çıkma Yolları Ölçeği (BÇYÖ) uygulanmıştır. **Bulgular:** PDÖ için yapılan faktör analizinde, iç tutarlığı yüksek 2

boyut elde edilmiştir. Bu boyutlar özgün kavramlarla paralel biçimde, "Yükümlülük" ve "Mücadelecilik" olarak isimlendirilmişlerdir. Orijinal ölçekte bağımsız bir faktör olan "Kontrolü elinde tutma" boyutu maddelerinin diğer iki boyuta yüklendiği görülmektedir. Bu durumda alt ölçeklerden "Yükümlülük/kontrol" ve "Mücadelecilik/kontrol" şeklinde bahsedilecektir. Ölçek, orijinaline paralel biçimde ters puanlanan maddeler içermektedir ve ölçekten alınan puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılık azalmaktadır. Alt-ölçeklerin iç tutarlık katsayıları Yükümlülük/kontrol boyutu için .77, Mücadelecilik/kontrol boyutu için .72 olarak elde edilmiştir. Ayrıca, ölçek BUÖ, BÇYÖ ölçümleri ile beklenen yönde anlamlı korelasyonlar vermiştir. **Sonuç:** Bu çalışmada, psikolojik dayanıklılık özelliğinin çok boyutlu bir kavram olduğu desteklenmiştir. Ancak boyutların orijinal ölçekle birebir elde edilememesi, literatür ile tutarlı olarak psikolojik dayanıklılık özelliği yapısının kültüre özgü olarak sorgulanması yönünde önemli bir önbulgu olmuştur. Tüm bu bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik dayanıklılık, Yükümlülük, Kontrolü elinde tutma, Mücadelecilik, Güvenirlik, Geçerlik.

\* Psk. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Psikoloji Bölümü.

\*\* Prof. Dr., Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü.

## How Can We Measure Psychological "Hardiness"? Personal View Survey II: Reliability and Validity Study in a Turkish Sample

### ABSTRACT

**Objective:** The aim of the current study is to study reliability and validity of Turkish Adaptation of Personal View Survey-II (PVS-II; Maddi 1987) which is used for measuring hardiness personality characteristic, having three sub-scales (Control, Commitment, Challenge) and 50 items. **Method:** For this study, 100 university students were administered four self-report measures including PVS-II, Beck Hopelessness Scale (BHS), and Turkish Ways of Coping Inventory (WCI). **Results:** Following the factor analysis run for the PVS-II, two factors, namely "Commitment/Control" and "Challenge/Control" were obtained with high internal consistency coefficients. Consistent with the original scale, it includes reverse items and the higher the scores are, the lower the hardiness personality characteristic exists. Internal consistencies of the two factors were obtained as .77 for the Commitment/Control factor and .72 for the Challenge/Loss of Control factor. Moreover, the survey revealed significant correlations with the measures of BHS and WCI. **Conclusion:** Although the items of the original Control factor, distributed between other two factors, this result supports the multidimensional nature of hardiness construct. On the other hand, the differences from the original scale have been significant preliminary findings for culture-specific structure of psychological hardiness characteristic to be questioned. All these findings are discussed in the light of literature knowledge.

**Key Words:** Hardiness, Commitment, Control, Challenge, Reliability, Validity.

### *Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması*

Stres yaratan yaşam olayları, psikolojik ve fiziksel rahatsızlıkların başlıca sebeplerinden

sayılmaktadır. Bununla birlikte strese yol açan sebep olayın kendisi değil, kişinin olayları değerlendirme tarzı olabilmektedir. Bu nedenle strese başa çıkma yolları önemli ölçüde yaşam olaylarının yeniden değerlendirilmesine dayanmaktadır böylece "iletişim becerileri", "problem çözme becerileri" ve "girişkenlik" gibi kişisel kaynakların kullanımına yönelik çalışmalar öne çıkmaktadır.

Strese maruz kalan kişiler stres faktörlerinden farklı şekillerde etkilenmektedirler. Strese karşı direnç mekanizmalarının kaynakları, kişisel farklılıklar göz önünde bulundurulmuş olarak araştırıldığında, belli başlı önemli kaynakların kişilik yapısındaki güçlü yanlar, sosyal destek, sağlıkla ilgili alışkanlıklar ve kişilik özellikleri olduğu görülmektedir (Ganellen ve Blaney,1984).

Kişisel farklılıklar üzerinde yapılan araştırmalar, stresin sağlık üzerindeki etkilerini azaltan veya çoğaltan faktörlerin varlığına odaklanmaktadır (Rhodewalt ve Agustsdottir, 1984). Bazı çalışmalar, çok yoğun strese maruz kaldıkları halde rahatsızlık belirtisi göstermeyen kişilerin, diğerlerinden daha farklı kişilik özelliklerine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin, Kobasa (1979) yaptığı boyamsal çalışmada, stresin orta ve yüksek düzey yöneticiler üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Katılımcılar, işlerini kaybetmiş veya başka yere tayin edilmiş yöneticiler arasından seçilmiştir. Bu çalışmada strese karşı iki farklı örüntü bulunmuştur. Bir grupta yöneticilerin daha sık rahatsızlık belirtisi gösterdikleri belirlenirken, diğer grupta stres yaşamadan önceki durumlarından farklı bir durum belirlenmemiştir. Strese maruz kaldığı halde stres belirtisi göstermeyen yöneticilerin, kendilerine güvendikleri, yaşamda anlam buldukları ve olayların gidişatına hakim olduklarına inandıkları bulunmuştur. Bu özelliklerin hepsi birden "psikolojik dayanıklılık" olarak isimlendirilmiş ve kişilik yapısının büyük bir parçasını oluşturabileceği düşünülmüştür. Bu durumda, psikolojik dayanıklılıkla sağlık arasında olumlu bir ilişki olduğu gibi, bu dayanıklılığın

stresin sağlık üzerindeki olumsuz etkilerini engelleyici bir rolü olabileceği de ortaya çıkmaktadır (Kobasa ve ark 1982, Kobasa ve ark 1985; Kobasa ve Puccetti 1983).

Psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğini meydana getiren boyutlar "kontrolü elinde tutma", "yükümlülük" ve "mücadelecilik" olarak isimlendirilmiştir (Kobasa 1979a). Psikolojik dayanıklılık özelliği yüksek olan bir insanı tanımlarken, bu özelliğin her boyutunun ayrı etkilerine bakılabileceği gibi boyutların birbirleri ile gösterebilecekleri kombinasyonlarının etkileri de incelenebilir. Psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin "kontrolü elinde tutma" boyutu, olayların ve bireysel tepkilerin denetlenebilirliğine olan inancı ortaya çıkarır. Bu inanca sahip birey, stres yaratan durumun koşullarını değiştirebileceğini ve kendisine uygun bir hale getirebileceğini düşünür. "Yükümlülük" boyutu, bireyin kendi eylemlerinden kendisinin sorumlu olduğu inancını ortaya çıkarır. Prensipte sahibi veya ilkeli olarak adlandırılacak bu kişilerin belli kuralları vardır ve bunları bozmayacaklarına söz vermiş gibi davranırlar. Psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin "mücadelecilik" boyutu ise değişimleri birer tehdit gibi algılamak yerine, bunları kişisel gelişim açısından heyecan verici yeni fırsatlar olarak algılama eğilimidir. Böylece birey, stres yaratan durumların üzerine giderek o durumların koşullarını değiştirmeye ya da söz konusu koşullardan yararlanmaya çalışır.

Kontrolü elinde tutma boyutu öz-denetim, başarı güdüsü, otonomi ve istekli olma kavramları ile bağdaştırılırken, yükümlülük boyutu sebatkarlık, mukavemet, özgüven ve kendi ilkelerine inanma özellikleri ile öne çıkar. Mücadelecilik boyutu ise iyimserlik, kararlılık, değişimlerden hoşlanma, yeniliklere açık olma ve azim kavramlarını içermektedir.

Özetle, psikolojik dayanıklılık kişilik özelliği belirgin bireyler, strese yol açabilecek olayları kontrol edebileceklerine ve bunları değiştirebileceklerine inanırlar. Bütün eylemlerinden kendilerini sorumlu tutarlar. Değişimi, meydan okuya-

bilecekleri bir heyecan kaynağı olarak görür ve bu mücadelenin kişisel gelişim açısından yararlı olduğuna inanırlar. Stres yaratan olayları kontrol edilebilir ve kişisel gelişimleri için önemli fırsatlar olarak algılayan bu kişiler, mecbur hissettikleri için değil, hoşlarına gittiği için çalışan, olumlu düşünerek hareket eden ve yararlı eylemler ortaya koyan kişilerdir (Kobasa 1979b).

Psikolojik dayanıklılık kişilik özelliği öğrenme yoluyla sonradan da kazanılabilir (Maddi 2005). Strese karşı psikolojik dayanıklılığı öğrenen kişiler, esnek ama kontrolü elinde tuttuğuna inanan, belirsiz ve değişen koşullara uyum sağlayabilmeyi, hatta değişiklikleri fırsat olarak değerlendirip olumlu yönleriyle ele almayı becerebilmektedirler. Böylece, olumlu düşünce ve duygularla hareket ederek, stres karşısında sağlıklı kalmayı başarabilmektedirler (Nowack 1989). Gerilimli ortamlarda çalışan "dayanıklı" kişiler, kontrolü elinde tutma, yükümlülük ve mücadelecilik davranışları sergiledikleri oranda tecrübelerini arttırmakta ve stres altındayken bile performanslarını koruyabilmektedirler (Maddi ve ark 1998).

Ülkemizde psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin değerlendirilmesinde kullanılabilecek, geçerlik ve güvenilirliği test edilmiş herhangi bir ölçek bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı, psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğini ölçen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliğini bir öğrenci örnekleminde deneyerek bu kavram ile gelecekte yapılacak çalışmalara bir zemin hazırlamaktır. Kavramsal olarak karmaşa yaratmamak için, bu ölçekten Kişisel Görüş Ölçeği-II (Personal View Survey-II) olarak değil, "Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" (PDÖ) olarak bahsedilmiştir.

## YÖNTEM VE GEREÇLER

### *Katılımcılar*

Bu çalışmaya, % 68'i kadın ( $n = 68$ ) ve % 32'si erkek ( $n = 32$ ), 100 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların ortalama yaşı 22.19 ( $SD=.2.94$ ) olup, yaşları 18-34 arasında de-ğiş-

mektedir. Anne-baba eğitim durumları "Okuma-yazma bilmeyen" ile "Doktora mezunu" düzeyi arasında değişmektedir. Ortalama eğitim durumu lise mezunudur. Katılımcıların şimdiye kadar en uzun zaman ikâmet ettikleri yerleşim merkezi köy, kasaba, şehir ve büyükşehir arasında değişse de, genel olarak şehir ve büyükşehirde ikamet ettikleri belirlenmiştir.

#### **Veri Toplama Araçları**

Katılımcılara Demografik Bilgi Formu ile test bataryası bir arada uygulanmıştır. Demografik Bilgi Formu, cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, en uzun süre ikâmet edilen yerleşim yeri, annenin ve babanın eğitim durumu ile ilgili soruları içermektedir.

Çalışmada uygulanan test bataryasında Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Başa Çıkma Yolları Ölçeği yer almıştır.

#### **Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ)**

Maddi (1987), PDÖ'yü, kişilerin psikolojik dayanıklılıkları özelliklerini, üç ayrı alt ölçek üzerinden değerlendirebilmek üzere geliştirmiştir. Bu ölçek, 0 (Tamamen doğru) ile 3 (Kesinlikle doğru değil) arasında puan alan 50 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılık özelliğinin azalması sözkonusudur. Diğer bir deyişle, ölçekten düşük puan alan kişiler psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğine daha fazla sahiptirler.

Ölçeğin alt-boyutlarının içgüvenlilik katsayılarının yükümlülük için .70-.75; kontrolü elinde tutma için .61-.84; mücadelecilik için .60-.71 olarak ve toplam katsayı .80-.88 arasında bulunduğu belirtilmektedir (Maddi, 1994). Altboyutların ve toplam ölçeğin geçerlikleri de yeterli bulunmaktadır (yükümlülük .68; kontrolü elinde tutma .73; mücadelecilik .71 ve toplam .77).

Ölçekle ilgili bu araştırma çerçevesinde elde edilen psikometrik özelliklerin sonuçları "Bulgular" bölümünde verilmektedir.

#### **Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)**

Beck, Lester ve Trexler (1974) tarafından geliştirilen Beck Umutsuzluk Ölçeği, "evet-hayır" şeklinde cevaplandırılan 20 maddeden oluşmaktadır. Beck ve arkadaşlarının yürüttüğü özgün araştırmada tüm ölçeğin alfa güvenilirlik katsayısı .93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonu .39 ile .74 arasında değişmektedir. Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Türkçe çeviri ve uyarlama çalışmaları Seber (1991) ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Durak (1994) tarafından bildirilen alfa katsayısı .85 ve madde-toplam korelasyonu .31 ile .67 arasında değişmektedir.

#### **Baş Çıkma Yolları Ölçeği (BÇYÖ)**

Baş Çıkma Yolları Ölçeği Folkman ve Lazarus (1980) tarafından geliştirilmiştir. Toplam 68 sorudan oluşan orijinal ölçeğin Türkçe versiyonuna, Türk kültüründe stresle başa çıkmada sıklıkla kullanıldığı düşünülen batıl inançlar ve kadercilik ile bağlantılı 6 madde daha eklenmiş (Siva 1991), böylece ölçeğin Türkçe versiyonu toplam 74 maddeden oluşmuştur. Gençöz, Gençöz ve Bozo (2006), Türk örnekleme ile yürüttükleri çalışmalarında, ölçeğin 3 üst-düzyer faktörü olduğunu bulmuşlardır. Bu çalışmada da ana faktörler olarak, Gençöz ve arkadaşları (2006) tarafından önerilen Duygusal Odaklı Baş Çıkma, Problem Odaklı Baş Çıkma ve Sosyal Destek Arayarak Baş Çıkma tarzları olmak üzere 3 temel faktör kullanılmıştır. Bu faktörlerden Problem Odaklı Baş Çıkma yaklaşımı, stres yaratan durumu azaltmak veya tamamen yok edebilmek amacıyla doğrudan problemi hedef alır. Duygusal Odaklı Baş Çıkma ise, stres yaratan durumun olumsuz duygusal etkilerini azaltmak veya yok edebilmek için durumun bilişsel olarak tekrar değerlendirilmesini veya kaçma/kaçınma davranışlarını içerir. Sosyal Destek Arayarak Baş Çıkma yaklaşımı ise önceki iki başa çıkma tarzını da benimseyebilmesi özelliğinden dolayı karma bir yaklaşım olarak görülmektedir. Bu tarzda baş etme, sevilip onaylandığına dair duygusal

destek alma, problemin çözümüne yönelik araçların sağlanması yolunda maddi/somut destek alma ve/veya çözümle ilgili gerekli bilgileri danışma gibi başkalarından destek arama davranışlarını sergilemek demektir.

### **PDÖ Çeviri Çalışması**

Uyarlama süreci, ölçeğin İngilizce'den Türkçe'ye çevirisiyle başlamıştır. Önce ileri derecede İngilizce bilgisine sahip dört psikolog ölçeği Türkçe'ye çevirmişlerdir. Daha sonra, aynı özelliklerde farklı dört psikolog bu çevirileri tekrar İngilizce'ye çevirmişlerdir. Böylece anlam karmaşası yaratabilecek ve tam karşılığı bulunamamış ifadeler değiştirilmiştir. Son olarak, uygulanacak örnekleme uygun olarak, ölçeğin Türkçe çevirisi az sayıda üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Problemlili olabileceği düşünülen ifadeler ve kelimeler, orijinal ölçeğe sadık kalınarak, yazarlar tarafından tekrar düzeltilmiştir.

### **İşlem**

Gerekli izinler alındıktan sonra, Demografik Bilgi Formu ile PDÖ, Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Başa Çıkma Yolları Ölçeği (BÇYÖ) bir araya getirilmiş ve bu test bataryası ders saatlerinde öğrenci gruplarına uygulanmıştır. Her bir katılımcı için, uygulama yaklaşık 20 dakika kadar sürmüştür.

### **BULGULAR**

#### **PDÖ'nün Faktör Yapısı ve İç-Tutarlık Katsayıları**

PDÖ'nün yapı geçerliğini belirlemek için ana bileşenler yöntemi ve varimax dönüştürmesine göre faktör analizi uygulanmıştır. Yürütülen bu faktör analizinde ölçeğin faktör yapısının Türk örneklemindeki dağılımının görülmesi amaçlanmış, ancak bu ölçek ile Türk kültüründe yapılan ilk çalışma olduğu göz önünde bulundurularak, tekrarlanan tutarlı sonuçlar elde edilmeksizin orijinal ölçekten madde çıkarılması uygun görülmemiştir. Bu nedenle her bir madde daha yüksek faktör yükü aldığı faktör altında kabul edilmiştir. Ancak

ölçekteki madde sayısı az olmadığından, ilerideki çalışmalarda, kültürümüze daha uygun maddelerle çalışabilmek amacıyla madde azaltılması yoluna gidilebileceği düşünülmektedir.

Yapılan faktör analizi sonrası, öz-değerler grafiği iki temel faktörü işaret etmiş, ancak orijinal ölçeğin "Yükümlülük", "Kontrolü elinde tutma" ve "Mücadelecilik" olmak üzere üç faktörden oluştuğu göz önünde tutularak öncelikle üç faktör dağılımı incelenmiştir. Ölçek maddelerinin üç faktördeki dağılımı anlamlı bir tablo vermemiş ve her üç orijinal faktör maddelerinin karışık düzende dağıldığı görülmüştür. Bu inceleme sonucunda, öz-değerler grafiğinin işaret ettiği gibi ölçek maddelerinin iki faktör altındaki dağılımı incelenmiştir. Bu dağılımda birinci faktörün öz-değeri 5.16, açıkladığı varyans % 10.33 olarak; ikinci faktörün ise öz-değeri 4.21, açıkladığı varyans % 8.42 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 50 maddesinden 26'sı birinci faktör altında daha yüksek faktör yükü alırken; 24'ü ikinci faktör altında daha yüksek faktör yükü almıştır (bkz. Tablo 1).

Maddelerin dağılımı incelendiğinde, orijinal "Kontrolü elinde tutma" faktörü maddelerinin "Yükümlülük" ve "Mücadelecilik" faktörlerine dağıldığı; birinci faktörün ağırlıklı olarak "Yükümlülük" maddelerinden, ikinci faktörün ise ağırlıklı olarak "Mücadelecilik" maddelerinden oluştuğu gözlenmiştir.

Faktörlerin madde içerikleri de göz önünde bulundurularak, faktör "Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma", ikinci faktör ise "Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma" olarak isimlendirilmiş ve iç-tutarlık katsayıları sırasıyla .77 ile .72 olarak elde edilmiştir. "Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma" faktörünün madde-toplam test korelasyon katsayıları .08 ile .49 arasında değişirken, bu katsayılar "Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma" faktörü için .13 ile .44 arasında değişmektedir. Madde-toplam test korelasyonuna göre düşük değerler alan maddeler (.08,.13 gibi) yine de geçerli olarak kabul edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2001). Söz konusu çalış-

Tablo 1. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Faktör Yapısı.

Ölçek Maddeleri ve Faktörler	F1	F2
Özgün değer	5.16	4.21
İç-Tutarlık katsayısı	.77	.72
1) Genellikle, hayatımı bir önceki gün kaldığı yerden devam ettirme isteğiyle dolu olarak uyanırım.	.51	-.06
2) İşimde, pekçok çeşitlilik olması hoşuma gider.	.36	-.19
3) Çoğu zaman, insanlar söylemem gerekeni dikkatle dinler.	.49	.19
4) Önceden plan yapmak, gelecekteki birçok problemden kaçınmaya yardımcı olabilir.	.50	.29
5) Yarın bana ne olacağı, bugün ne yaptığıma bağlıdır.	.52	.13
6) Günlük planımda herhangi bir değişiklik yapmak zorunda kaldığımda huzursuzluk hissederim.	.10	.57
7) Ne kadar çabalarsam çabalayayım, gayretlerim hiçbir işe yaramayacak.	-.43	.48
8) Çalışmak konusunda heyecan duyan birini hayal etmek zordur.	-.39	.22
9) Denenerek bulunmuş yollar her zaman en iyisidir.	.01	.22
10) Ailemin birşey konusunda görüşünü değiştirmenin neredeyse imkânsız olduğunu hissediyorum.	-.10	.04
11) Hayatını kazanmak için çalışan pekçok insan sadece patronları tarafından idare edilmektedir.	-.25	.06
12) Yeni yasalar, bir kişinin gelirine zarar verecekse yapılmamalıdır.	.05	.14
13) Evlenip çocuk sahibi olduğunuzda seçme özgürlüğünüzü kaybedersiniz.	-.47	.06
14) İşinizde, elinizden gelenin en iyisini yapmanın karşılığını sonunda alırsınız.	.44	.32
15) Fikirlerini asla değiştirmeyen insanların genellikle doğru yargıları vardır.	.01	.27
16) Hayatta olanların çoğu olacağına varır.	.07	.31
17) İşinizde ne kadar çok çalışırsanız çalışın farketmez; çünkü bundan sadece patronlar kazanç sağlar.	-.30	.36
18) İnsanların ne söyleyecekleri konusunda kafalarının karışık olduğu durumlarda yapılan konuşmalardan hoşlanmam.	.10	.23
19) İşler yoluna girmeyeceği için, çalışıp çabalamanın faydası yoktur.	-.29	.31
20) Bana göre hayaller, gerçeklerden daha heyecan vericidir.	-.28	-.06
21) Bir soruyu, onu gerçekten anladığımdan emin olmadıkça yanıtlamam.	.01	.22
22) Plan yaparken, onları gerçekleştireceğimden eminimdir.	.47	-.01
23) Çalışmamın başına geçmeyi dört gözle beklerim.	.61	.23
24) Birini bitirmeden, diğer bir işe başlamak beni rahatsız etmez.	-.03	-.37
25) Zor bir iş yaparken, ne zaman yardım isteyeceğimi bilirim.	.30	-.04
26) Kendimle ilgili birşey öğrenmek heyecan vericidir.	.07	-.19
27) Rutindeki değişiklikler benim için ilgi çekicidir.	.05	-.55
28) Bir arkadaşımın bir konudaki görüşünü değiştirmek benim için çok zordur.	-.13	.30
29) Özgür biri olduğunuzu düşünmek, sadece hayal kırıklığına yol açar.	-.43	.21
30) Günlük hayatımın kesintiye uğraması beni rahatsız eder.	.03	.26
31) Bir hata yaptığım zaman, işleri tekrar düzeltmek için yapabileceğim pek az şey vardır.	-.18	.33
32) Sıkı çalışarak her zaman amaçlarınıza ulaşabilirsiniz.	.56	.29
33) Kurallara uyarım çünkü onlar bana yol gösterirler.	.37	.44
34) Çoğu problemle başa çıkabilmenin en iyi yolu, onları hiç düşünmemektir.	-.12	.42
35) Çoğu iyi atlet ya da lider öyle doğmuştur, sonradan olma değildir.	-.07	.02
36) İşlerin belirsiz ve tahmin edilemez olmasından keyif alırım.	-.26	-.11
37) Elinden gelenin en iyisini yapan kişiler, toplumdaki tam destek almaktadır.	.24	-.17
38) Hayatımın büyük kısmı, yapmaya değer şeyleri yaparak geçiyor.	.60	-.21
39) Çoğu zaman, kendi fikrimi tam manasıyla bilmem.	-.18	.57
40) Tamamen gerçeklerle bağlantılı olmadıkça kuramlar hiçbir işime yaramaz.	.13	.39
41) Sıradan işler, yapmaya değmeyecek kadar sıkıcıdır.	-.19	-.02
42) Başka insanlar bana kızarsa, genellikle benim hatam değildir.	.10	.32
43) Rutindeki değişiklikler beni rahatsız eder.	.24	.51
44) Çalışmalarının topluma hizmet ettiğini söyleyen kişilere inanmak zordur.	-.44	-.06
45) Biri bana zarar vermek isterse, bunu önlemek için pek birşey yapamam.	-.32	-.14
46) Çoğu günler, hayat benim için gerçekten ilginç ve heyecan vericidir.	.62	-.33
47) Bireyselliğe inanan insanlar sadece kendilerini kandırmaktadırlar.	-.25	-.14
48) Hayatımdaki şeyleri değiştirmek benim için genellikle imkânsızdır.	-.17	.49
49) Yaşlandığımda birinin benim bakımımı üstleneceğinden emin olmak isterim.	.28	.17
50) Hayatımızı politikacılar yönetiyorlar.	.01	.33

Not. F1 = Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma faktörü, F2 = Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma faktörü. Faktör yükü eksi işaretli olan maddeler ters madde olarak değerlendirilmiştir.

**Tablo 2.** Ölçeklerin Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Korelasyonları.

	F1	F2	BUÖ	POBÇ	SDABÇ	DOBÇ
F1	30.63 (6.27)	-.02	-.44***	.30**	.14	.49***
F2		19.10 (5.92)	.19	.22*	-.02	-.08
BUÖ			30.77 (2.22)	-.22**	-.14**	-.47***
POBÇ				60.65 (13.10)	.18	.13
SDABÇ					49.43 (7.99)	.02
DOBÇ						100.86 (12.67)

Not. Ölçek ortalamaları ve parantez içindeki standart sapmalar çapraz olarak gösterilmiştir. F1 = Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma faktörü, F2 = Mücadelecilik /Kontrolü elinde tutma faktörü, BUÖ = Beck Umutsuzluk Ölçeği, POBÇ = Problem Odaklı Başa Çıkma, SDABÇ = Sosyal Destek Arayarak Başa Çıkma, DOBÇ = Duygu Odaklı Başa Çıkma.

\*  $p < .005$ ; \*\*  $p < .001$

ma, bu ölçek ile Türk kültüründe yapılan ilk çalışma olduğu için, bu maddelerin çıkarılması tekrarlanan tutarlı sonuçlar elde edilmeksizin uygun görülmemiştir.

Ölçeğin bütününe puanlarıyla ilgili iç-tutarlılık katsayısı ise .61 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt-ölçeklerinin iç-tutarlılık katsayılarının tüm ölçek iç-tutarlılık katsayısından önemli derecede daha kuvvetli olması, bu ölçeğin alt-boyutları çerçevesinde değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

#### **PDÖ'nün Ölçüt Geçerlik Çalışması**

Ölçeğin ölçüt geçerlik çalışması kapsamında, ölçek faktörleri ile Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Başa Çıkma Yolları Ölçeği'nin; Problem Odaklı Başa Çıkma, Duygu Odaklı

Başa Çıkma ve Sosyal Destek Arayarak Başa Çıkma alt-ölçekleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Ölçekte yüksek miktarda olan ters maddeler düzeltildiğinde, Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma alt-ölçeğinden alınan puanlar arttıkça kişideki Psikolojik Dayanıklılık özelliğinin stres yaratan durum karşısında yükümlü olma ve kontrolü elinde tutma algıları artmaktadır. Tablo 2'de görüldüğü gibi ilgili alt-ölçek puanları ile Beck Umutsuzluk Ölçeğinden elde edilen umutsuzluk puanları arasında ( $r = -.44$ ,  $p < .001$ ) negatif yönde ilişki vardır. Stres yaratan durum tamamen dışsal etkenler dolayısıyla gerçekleşmekte olarak yorumlanınca, umutsuzluk artıp, stres yaratan durumdan yükümlü olma ve kontrolü elinde tutuyor olma algıları azalmaktadır.

Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma alt ölçeği puanları ile, Başa Çıkma Yolları Ölçeği'nin hem Problem Odaklı Başa Çıkma ( $r = .30, p < .01$ ), hem de Duygusal Odaklı Başa Çıkma alt ölçek puanları arasında ( $r = .49, p < .001$ ) anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Bu alt-ölçeğin Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tarzı ile daha anlamlı bir ilişki görülmesi, özellikle yükümlü hissedilemeyen bir durum için probleme odaklanma konusunda güçlükler yaşandığı fikrini akla getirebilmektedir. Daha önce belirtildiği gibi, Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tarzı stres yaratan durumdan kaçma/kaçınma davranışını içermektedir; aslında böylece, yükümlü hissetmeme/kontrolü elinde tutamamak algısı, bu tarz ile birebir örtüşmektedir. Stres yaratan durumdan kendisini yükümlü hissetmek ve buna bağlı olarak kontrolü elinde tutma algısı oldukça duygusal içerik barındırmaktadır, bu yüzden, Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tarzı literatürde sağlıklı bir başa çıkma tarzı gibi sunulmasa da bu anlamlı ilişki bulgusu mantıklı gözükmemektedir.

Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma alt-ölçeği ile Beck Umutsuzluk Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = .19, p > .01$ ). Ancak, bu alt-ölçekten alınan puanlar, Başa Çıkma Yolları Ölçeği'nin Problem Odaklı Başa Çıkma alt ölçeği puanları ile anlamlı düzeyde ( $r = .22, p < .05$ ) ilişkili bulunmuştur. Bu alt-boyut, zorluklarla iyimserlikle mücadele etmeyi ve mücadele konusunda kararlı ve azimli olmayı temsil ettiğinden problem odaklı başa çıkma tarzıyla anlamlı bir ilişkisi bulunması oldukça tutarlıdır.

### TARTIŞMA

Psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin ölçülmesi için kullanılan ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini üniversite öğrencilerinden oluşan bir Türk örnekleme test etmeyi amaçlayan bu çalışmada, PDÖ'nün faktör yapısı incelendiğinde -yapılan ilk çalışma olması dolayısıyla orijinal ölçekteki maddeler çıkarılmadan- 2 boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Batı kültüründe yapılan çalışmalarda psikolojik dayanıklılık kavramının çok boyutlu ya da tek boyut olarak

bir yapıya sahip olduğu tartışılmaktadır (Carver 1989). Funk ve Houston (1987) yaptıkları çalışmalarda psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin kontrolü elinde tutma, yükümlülük ve mücadelecilik boyutlarının, yapılan istatistiksel analizlerle kesinleştirilemediğine dikkat çekerek psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin tek bir kavram olarak ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır. Campell ve arkadaşları da (1989) psikolojik dayanıklılık özelliğini tek bir kavram olarak kabul etmek gerekliliğini destekler biçimde, diğer psikolojik dayanıklılık ölçeklerinden alınan alt ölçeklerden oluşan bütünleşmiş bir psikolojik dayanıklılık ölçeği ihtiyacını vurgulamışlardır. Bununla birlikte Türk örnekleme üzerindeki çalışmada orijinal madde sayısı korunduğunda 2 faktör ortaya çıktığından psikolojik dayanıklılık kavramının bu çalışmada çok faktörlü bir yapıya sahip olduğu fikri desteklenmiştir. Nitekim, elde edilen iç-tutarlık katsayıları da, ölçeğin tek bir boyutta incelenmemesi gereğini vurgulamaktadır. Ancak, her ne kadar çok faktörlü bir yapı elde edilse de bulgular, ölçeğin orijinal faktör yapısı ile bire bir örtüşmemektedir. Orijinal ölçekte 3 ayrı faktör bulunurken Türk örnekleme "Kontrolü elinde tutma" faktörünün diğer iki faktörün içine dağıldığı gözlenmiştir. Psikolojik dayanıklılık kavramı altında tanımlanan "Kontrolü elinde tutma" boyutunun bu çalışmada ayrı bir faktör olarak elde edilemeyeşi çalışmanın kısıtlılıklarından kaynaklanıyor olabilir. 50 maddeden oluşan orijinal ölçeğin sadece 100 kişilik bir örnekleme test edilmiş olması faktör yapısının başka ve daha geniş örnekleme gruplarında tekrar test edilmesi gereğini ortaya çıkartmaktadır. Ayrıca mevcut çalışma, bu ölçekle ilgili Türkiye'deki ilk çalışma olduğundan orijinal madde sayısı korunmaya çalışılmıştır. Bununla birlikte daha geniş örnekleme grupları ile yapılabilecek gelecek çalışmalarda, tutarlı bulgularla desteklendiği takdirde faktörler altında uygun nitelikte bulunmayan maddeler çıkarılabilir. Böylece Türk kültürüne has daha kuvvetli bir ölçek elde edilebilir.



Mevcut çalışmanın kısıtlılıkları olsa da kavramsal düzeyde, kontrolü elinde tutma boyutunun yükümlülük ve mücadelecilik boyutlarından ayrılmamış olması anlamlıdır. Mücadelecilik ve yükümlülük gösterebilmek için merkezde bir kontrolü elinde tutma algısının bulunması gerekliliği tartışılabilir. Etrafta meydana gelen stresli olayların kontrolünü elinde tutabileceği düşüncesi olmadan, insanların bu olayların içinde kalmaya devam etmeleri ve bu olaylara kendilerini geliştirebilecekleri bir fırsat olarak bakmaları mümkün olmayabilir. Bu yüzden yükümlülük özellikleri içerisinde yüksek kontrol algısının; mücadelecilik özelliği ise düşük kontrol algısının ayrıştırılamamış olması şaşırtıcı olmayabilir. Ayrıca, ölçekle ilgili literatür incelendiğinde bazı yazarların 3 değil 2 boyut önerdikleri dikkat çekmektedir. Ancak önerilenler "Yükümlülük" ve "Kontrolü elinde tutma" boyutlarıdır. Dışlanan "Mücadelecilik" boyutunun, toplam psikolojik dayanıklılık kavramına ölçümsel olarak katkıda bulunmadığı rapor edilmektedir. Örneğin, Ghorbani, Watson ve Morris (2000), araştırmalarında diğer iki boyuta göre, Mücadelecilik boyutunun değişkenlerle zayıf ilişkili bir durumda olduğunu göstermişlerdir. Benzer şekilde Hull, Van Treuren ve Virnelli (1987), mücadelecilik boyutunun psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin diğer boyutlarla ve diğer değişkenlerle zayıf bir ilişki içerisinde bulunduğunu belirterek, bu boyutun dışarıda bırakılmasını önermektedirler. Oysa, Türk örneklem üzerinde yapılan çalışma psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin 2 faktörlü yapısına destek veriyorken önerilen faktörler "Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma" ve "Mücadelecilik /Kontrolü elinde tutma"dır. Ancak bu iki faktörün birbiri ile ilişkili olmaması da önemle üzerinde durulması gereken bir konudur. Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma boyutu "psikolojik dayanıklılık" kişilik özelliklerini tanımlarken; Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma boyutu, daha çok çaresizlik hissini, kontrol algısındaki düşüşü ve mücadelecilik özelliğini ön-plana çıkartmaktadır. Bu durumda, daha geniş örnek-

lem grupları üzerinde yapılacak çalışmalar zayıf maddelerin çıkarılması ile daha tutarlı bir ölçeğin geliştirilmesinde faydalı olacaktır.

Literatürde psikolojik dayanıklılık kişilik özelliği ile depresyon ve kaygı bozuklukları arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğu bildirilmektedir (Allred ve Smith 1989, Funk ve Houston 1987, Rhodewalt ve Zone 1989). Ghorbani ve arkadaşları (2000) özellikle Yükümlülük ve Kontrolü elinde tutma gücü yüksek olan kişilerde, düşük düzeyde depresyon ve kaygı görüldüğünü vurgulamışlardır. Türk örneklem üzerindeki çalışmada da depresyonun temel belirtilerinden sayılan umutsuzluk ile sadece Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma faktörü anlamlı düzeyde olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur. Ancak, yukarıda da Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma boyutunun psikolojik dayanıklılık kişilik özellikleri ile doğrudan ilişkili olmayabileceği savıyla tutarlı olarak, Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma faktörünün umutsuzlukla ilişkisi anlamlı çıkmamıştır. Öte yandan, var olan zayıf ilişki katsayısında olumlu yönde bir ilişkiye işaret etmesi yukarıdaki açıklamalarla uyumlu gözükmektedir. Benzer bir şekilde Yükümlülük/Kontrolü elinde tutma faktörü ile duygu odaklı başa çıkma puanları arasında kuvvetli ve olumlu yönde bir ilişki bulunuyorken aynı puanlarla Mücadelecilik/Kontrolü elinde tutma faktörünün arasında oldukça zayıf bir ilişki söz konusudur. Ölçeğin faktörleri birbirlerine neredeyse zıt ilişkiler içerisinde görüldüklerinden ölçekten elde edilen toplam puana dayalı karşılaştırmaların anlamlı sonuçlar vermeyeceği bu bulgularla da desteklenmektedir.

Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde, toplumsal yapılanma gelişmiş ülkelere kıyasla daha "kaotik" olmaktadır ve stres yaratan ortam, gelişmekte olan toplumlar özelinde "belirsizlik" ve/veya "seçeneksizlik (mahkumiyet)" anlamına gelmektedir. Bu durumda, yükümlülük ve kontrolü elde tutma kavramları arasındaki bağlantıyı kültürümüzdeki inanç ve tevekkül bağlantısına benzetmek mümkündür. Mücadelecilik kavramı

da toplumun sosyal güvence koşullarıyla bağlantılı değerlendirildiğinde, gelişmiş ülkelerde "fırsat"ları değerlendirmek olarak algılanabilir. Ancak bu kavram ülkemizde farklı değerlendirilmektedir. Örneğin, işten çıkarılmak/işsiz kalmak gelişmiş ülkelerde yeni fırsatları değerlendirebilme seçeneğini oraya koyarken, ülkemizde aynı sonuçları doğuramayabilir.

Sonuç olarak bu araştırmada, strese karşı direnç sağladığı düşünülen psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin değerlendirilmesi amacıyla geliştirilmiş olan Psikolojik Dayanıklılık

Ölçeği'nin (Personal View Survey-II) Türkçe uyarlaması yapılmış ve Türkiye'de de gelecekte bu kişilik özelliği ile ilgili olarak yapılacak çalışmalara bir zemin oluşturulmuştur. Ülkemizde yapılacak diğer çalışmalarda, psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğini meydana getiren faktörler daha geniş örneklem gruplarında denenmelidir. Örneğin, gelecek çalışmalarda örneklemdeki kaygı ve depresyon belirtileri gösteren gruplardan seçilmesi psikolojik dayanıklılık kavramının geçerliğini daha sağlam test edilebilmesine imkân sağlayacaktır.

**KAYNAKLAR**

- Allred KD, Smith TW (1989) The Hardy Personality: Cognitive and Physiological Responses to Evaluative Threat. *J Pers Soc Psychol.*, 56: 257-266.
- Beck AT, Lester D, Trexler L (1974) The Hopelessness Scale. *J. Cons. Clin. Psychol.*, 42: 861-874.
- Campbell JM, Amerikaner M, Swank P ve ark (1989) The Relationship between the Hardiness Test and the Personal Orientation Inventory. *J Res Pers.*, 23: 373- 380.
- Carver CS (1989) How Should Multifaceted Personality Constructs Be Tested ? Issues Illustrated by Self-Monitoring, Attributional Style, and Hardiness. *J Pers Soc Psychol.*, 56: 577-585.
- Durak A (1994) Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikol Derg.*, 9 (31): 1-11.
- Folkman S, Lazarus RS (1980) An Analysis of Coping in A Middle-Aged Community Sample. *J Health Soc Behav.*, 21: 219-239.
- Funk SC, Houston BK (1987), A Critical Analysis of the Hardiness Scale's Validity and Utility. *J Pers Soc Psychol.*, 53: 572-578.
- Ganellen RJ, Blaney PH (1984) Hardiness and Social Support as Moderators of the Effects of Life stress. *J Pers Soc Psychol.*, 47: 156-163.
- Gençöz F, Gençöz T, Bozo Ö (2006) Hierarchical Dimensions of Coping Styles: A Study Conducted with Turkish University Students. *Soc Behav Personal.*, 34: 525-534.
- Ghorbani N, Watson PJ, Morris R (2000) Personality, Stress and Mental Health: Evidence of Relationships in a sample of Iranian Managers. *Pers Indiv Differ.*, 28: 647- 657.
- Hull JG, Van Treuren RR, Virnelli S (1987) Hardiness and Health: A Critique and Alternative Approach. *J Pers Soc Psychol.*, 53: 518-530.
- Kobasa SC (1979a) Stressfull Life Events, Personality and Health: An Inquiry into Hardiness. *J Pers Soc Psychol.*, 37: 1-11.
- Kobasa SC (1979b). Personality and Resistance to Illness. *Am J Community Psychol*, 7 (4), 413-423.
- Kobasa SC, Maddi SR, Kahn S (1982) Hardiness and Health: A Prospective Study. *J Pers Soc Psychol.*, 42: 168-177.
- Kobasa SC, Maddi SR, Puccetti MC ve ark (1985) Effectiveness of Hardiness, Exercise and Social Support as Resources Against Illness. *J Psychosom Res.*, 29: 525- 533.
- Kobasa SC, Puccetti MC (1983) Personality ve Social Resources in Stress Resistance. *J Pers Soc Psychol.*, 45: 839- 850.
- Maddi SR (1987) Hardiness training at Illinois Bell Telephone. In J.P. Opatz (Ed.), *Health Promotion Evaluation*, Stevens Point, WI: National Wellness Institute.
- Maddi SR (1997) Personal Views Survey II: A Measure of Dispositional Hardiness CP Zalaquett ve RJ Woods (eds), *Evaluating Stress: A Book of Resources*. New York: University Press.
- Maddi SR, Kahn S, Maddi LK (1998) The Effectiveness of Hardiness Training. *Consult Psychol J.*, 50: 78-86.
- Nowack KM (1989) Coping Style, Cognitive Hardiness, and Health Status. *J Behav Med.*, 12: 145-158.
- Rhodewalt F, Agustsdottir S (1984) On the Relationship of Hardiness to the Type A Behaviour Pattern: Perception of Life Events versus Coping with Life Events. *J Res Pers.*, 18: 212-223.
- Rhodewalt F, Zone JB (1989) Appraisal of Life Change, Depression, and Illness in Hardy and Nonhardy Women. *J Pers Soc Psychol.*, 56: 81-88.
- Seber G (1991) Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirliği Üzerine Bir Çalışma. Yayınlanmamış Doçentlik Tezi. Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü, Eskişehir.
- Siva AN (1991) İnfertilitede Stresle Başetme, Öğrenilmiş Güçlülük ve Depresyonun İncelenmesi.Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tabachnick BG, Fidell LS (2001) *Using Multivariate Statistics*. Allyn-Bacon.