

# ERGENLER İÇİN YAPICI VE YIKICI STRES ÖLÇEĞİ (YYSÖ) TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

**Vahideh LAMEEI<sup>1\*</sup>, Yusuf BILGE**

<sup>1</sup>İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji bölümü , İstanbul, Türkiye.

ORCID Code: (0000-0002-5772-4136)

<sup>2</sup>İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye.

ORCID Code: (0000-0002-5772-4136)

## ÖZET

Bu çalışmada Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği'nin (YYSÖ) Türk toplum örnekleminde geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması amaçlanmıştır. Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği (YYSÖ) stres yanıtının her iki yönünü bütüncül olarak yakalayan ve stres araştırmalarında genellikle negatif odaklı yaklaşıma karşı koyan Branson ve ark (2019) tarafından geliştirilen bir ölçektir. On maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçek olarak her madde 0-4 arasında değişen puanlarla derecelenmiştir. Ölçek Yapıcı ve Yıkıcı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Yapıcı boyuttan alınan puanların yüksekliği ise, stresin yapıcı ve teşvik edici olarak algılandığını göstermektedir. Çalışmanın örneklemi 2019-2020 eğitim öğretim yılında İstanbul'da 9.-10.-11. ve 12. sınıflarda öğrenim gören 14-21 yaş aralığında 265'i kız (%64,8) ve 144'ü erkek (%35,2) olmak üzere 409 ortaöğretim öğrencisi oluşmaktadır. Ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre kolay örnekleme ve kartopu yöntemi kullanarak katılımcıların Google formda hazırlanan ölçeklerin linkine sosyal medya aracılığıyla Mart ayında ulaşımı sağlanmıştır. Çalışmaya başlamadan önce ölçeğin geliştirenler ile iletişime geçilerek, ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması için izin alınmıştır. Çeviri- tekrar çeviri yöntemiyle, ölçek ilk olarak iki psikolog ve bir İngilizce öğretmeni tarafından ölçeğin İngilizce'den Türkçe'ye çevirisi yapılmıştır. Daha sonra bu Türkçe form bağımsız bir uzman tarafından İngilizce'ye çevrilmiş, son olarak çeviriler karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiş ve ölçeğin nihai çevirisi tamamlanmıştır. Ölçeğin bu son hali geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının veri toplama aşmasında kullanılmıştır. Yakınsak geçerlilik kapsamında 409 kişiye Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeği (EBÇÖ) ve 175 kişiye Kısa semptom envanteri (KSE) uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki korelasyonu belirlemek amacıyla "Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Yöntemi" uygulanmıştır. Yordayıcı geçerlik kapsamında 175 kişiye Kısa semptom envanteri (KSE) uygulanmıştır. Yordayıcı geçerliliği belirlemek amacıyla adimsal regresyon analizi yapılmıştır. Ayırt edici geçerlik için psikolojik yardıma ihtiyaç duyan, duymayanlar ve psikolojik yardım alan ve almayanların Yapıcı ve Yıkıcı puanlarını t-test ile karşılaştırılmıştır. Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin iç tutarlılık analiz çalışması kapsamında alt ölçeklere ait Cronbach Alfa güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Geçerlik çalışması



kapsamında açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır.Yapılan güvenirlik analizi sonuçlarına göre Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları Yapıcı alt ölçeği için 0.80 ve Yıkıcı alt ölçeği için 0.79 olarak bulunmuştur. Yakınsak geçerlik için elde edilen korelasyon katsayıları 0.21-0.62 arasında değişmektedir. Ayırt edici geçerlik ise psikolojik yardım alan ve psikolojik yardım ihtiyaç duyan grupla psikolojik yardım almayan ve ihtiyaç duymayan grubun Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin iki alt ölçek puan ortalamalarının anlamlı derecede farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yordayıcı geçerlik için yordanan değişkenin Adımsal Regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Sonuçlara göre Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin alt ölçeklerin puanları ergenlerin Kısa Semptom Envanterinin Depresyon ve Anksiyete alt ölçeklerin puanlarını anlamlı olarak yordamaktadır. Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin yapı geçerliliği açımlayıcı (AFA) ve doğrulayıcı (DFA) faktör analizleri ile incelenmiştir. Açımlayıcı faktör analiz sonuçlarına göre Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin özdeğeri 1'in üstünde olan ve toplam varyansın yaklaşık %57.11'sini açıklayan iki faktörlü bir yapı göstermiştir. İlk faktör toplam varyansın %31,03'ünü açıklamakta ve 1, 3, 4, 8, 9 maddeler'den oluşmaktadır. İkinci faktör ise toplam varyansın %26,08'sini açıklamakta ve 2, 5, 6, 7, 10 maddeler'den oluşmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde her bir alt ölçeğin GFI, AGFI, CFI, RMR, SRMR ve RMSEA uyum indekslerinin kabul edilebilir bir düzeyde olduğu görülmüştür. Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin uyum indeks değerleri sırasıyla .93, .89, .93, .04, .07 ve .07 olarak hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda elde edilen verilere göre Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin güçlü psikometrik kanıtlara sahip olduğu ve ergenler örnekleminde kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya konmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Yapıcı, yıkıcı, stres, ölçek uyarlama

## ABSTRACT

In this study, it is aimed to perform the validity and reliability study of the Adolescents Distress-Eustress Scale (ADES) in a Turkish community sample. The Adolescents Distress-Eustress Scale for Adolescents is a scale developed by Branson et al (2019) which holistically captures both aspects of the stress response, bridging the gap between theory and measurement and counteracting the typically negatively focused approach to stress research. This scale has 10 items and each item is scored on a 5-point Likert-type scale; only the two extremes and the midpoint are labeled: not like me (0), somewhat like me (2), and very much like me (4). The research sample includes 409 middle school students: 265 girls (64.8%) and 144 boys (35.2%), between the ages of 14-21, studying in grades 9, 10, 11 and 12 in Istanbul in the academic year 2019-2020. The high scores obtained from the Distress dimension indicate that stress is perceived as a concept that causes tension and distress; High scores from the Eustress dimension indicate that stress is perceived as constructive and stimulating. Before starting the study, the developers of the scale were contacted and permission was obtained for the Turkish validity and reliability study of the scale. With the translation-re-translation method, the scale was first translated from English to Turkish by two psychologists and an English teacher. Later, this Turkish form was translated into English by an independent expert, and finally, the translations were evaluated comparatively and the final translation of the scale was completed. This final version of the scale was used in the data collection phase of the validity and reliability study. In order to examine convergent validity, Brief Resilience Scale (Smith & et al, 2008) ve Adolescent Brief Coping Checklist (Spirito & et al, 1988) were applied to 409 individuals and Brief Symptom Inventory-BSI (Derogatis et al, 1992) were applied to 175 individuals. In order to determine the correlation between the variables Pearson Correlation Method was applied. Brief Symptom Inventory-BSI was applied to 175 people within the scope of predictive validity. Stepwise regression analysis was performed to determine predictive validity. In order to examine the discriminant validity, the Distress and Eustress scores of those who needed and did not hear psychological help, and those who received or did not receive psychological help were compared with the t-test. Within the scope of the internal consistency analysis study of the

Distress-Eustress Scale, the Cronbach Alpha reliability coefficients of the subscales were calculated. Exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis were performed within the scope of validity study. According to the results of the reliability analysis, the Cronbach Alpha reliability coefficients were found to be 0.80 for the Eustress subscale and 0.79 for the Distress subscale. The correlation coefficients obtained for convergent validity ranged between 0.21-0.62. The discriminant validity was found to differ significantly between the two subscale scores of the Distress-Eustress Scale of the group that received psychological help and needed psychological help and the group that did not receive and did not need psychological help. Stepwise Regression analysis of the predicted variable were performed for predictive validity. According to the results, the scores of the subscales of the Distress-Eustress Scale significantly predict the scores of the Depression and Anxiety subscales of the Brief Symptom Inventory of the adolescents. The construct validity of the Distress-Eustress Scale was examined by exploratory (EFA) and confirmatory (CFA) factor analysis. According to the exploratory factor analysis results, the Distress-Eustress Scale showed a two-factor structure with an eigenvalue above 1 and explaining approximately 57.11% of the total variance. The first factor explains 31.03% of the total variance and consists of 1, 3, 4, 8, and 9 items. The second factor explains 26.08% of the total variance and consists of 2, 5, 6, 7, 10 items. In confirmatory factor analysis, GFI, AGFI, CFI, RMR, SRMR and RMSEA fit indices of each subscale were found to be at an acceptable level. The fit indices values of Distress-Eustress scale were calculated as 0.93, 0.89, 0.93, 0.04, 0.07 and 0.07 respectively. According to the results of analysis, it was determined that Turkish version of the Adolescents Distress-Eustress Scale is a valid and reliable evaluation tool for Turkish population.

**Keywords:.** Distress, eustress, scale adaptation, stress.

## GİRİŞ

Ergenlik, biyolojik, psikolojik ve sosyal değişikliklere işaret eden çok kiritik bir geçiş ve gelişim dönemidir. Özellikle ergenlik, bireylerin strese karşı savunmasız olduğu bir dönemdir. Stres kavramı bireyin fiziksel, kimyasal ve biyolojik faktörler de dahil olmak üzere çok çeşitli çevresel faktörlere verdiği özel olmayan tepkiyi kapsamaktadır (Lazarus, 1993).

Yapılan çeşitli tanımları incelendiğinde çoğunlukla stresin olumsuz ve zararlı bir anlamda ele alındığı görülmektedir. Stres kavramı ortaya çıkışından beri kişiyi zora sokan, uyumunu bozan, acı veren ,bela, keder, baskı gibi kavramlarla ifade edilmiş; sık kullanılan stres tanımlarında da ortak olarak zorlayıcı, tehdit edici, uyumsuz koşullara gösterilen tepki şeklinde daha çok olumsuz yönü vurgulanmıştır (Lazarus ve Folkman, 1984; Yılmaz, 2016).

Bütün bu vurguların aksine stres üzerine uzun yıllar çalışmış olan Selye 1970'lerin başında stres tepkisinin olumsuz, hoş olmayan stresörler veya pozitif uyaranlar tarafından tetiklenip tetiklenmediğini ayırt etmek için "sıkıntı" ve "östress " terimlerini tanıtmıştır. Selye'ye göre büyük mutluluk ve keyif veren olaylardan doğan iyi stres için östress veya yapıcı, hayal kırıklığı, başarısızlık ve küçük düşme gibi olaylardan kaynaklanan kötü stresi tanımlamak için ise "sıkıntı veya yıkıcı" terimlerini kullanmıştır (Selye, 1974).

Stres modelleri Selye'nin genel kavramsal modelini korumakta ve olumlu ve olumsuz stres tepkilerin arasındaki farkı vurgulamaktadırlar. Örneğin Lazarus ve Folkman (1984) stresi kişi-çevre etkileşiminde, kişinin uyumunu tehlikeye sokan ve mevcut kaynakları zorlayan ya da aşan çevre talepleri olarak tanımlamışlardır. Folkman ve Lazarus'un Stresle Başa Çıkma Modelinde (Lazarus & Folkman, 1984) bireyin stres yaşantısı stresle başa çıkabilme yeteneğini değerlendirmesine bağlı olduğunu belirtilmiştir. Bireyler başa çıkma becerilerinin yetersiz olduğunu algıladığında, olumsuz stres yaşarlar. Öte yandan, başa çıkma becerilerini yeterli olduğunu algıarlarsa, olumlu stres yaşarlar. Benzer bir şekilde, Nelson



ve Simon (2003) bütüncül modellerinde de bireyselleştirilmiş değerlendirme temelinde olumlu ve olumsuz stres tepkilerini ayırmışlardır. Her iki modeli destekleyen deneysel kanıtlar, stres yaşantısında değerlendirmenin önemini vurgulamıştır (Lazarus, 1993). Stres tepkisine ilişkin evrimsel bakış açısı stresin günlük durumlarda gereksinimini sağlamak ve göğüs gelmek için fizyolojik ve bilişsel işlevselliği geliştirdiğini belirtmiştir ve bu durumu yapıcı veya iyi stres olarak adlandırmıştır (Le Fevre ve ark, 2003).

yaygın olarak kullanılan Algılanan Stres Ölçeği (Cohen ve ark, 1983) stresi patolojik bir durum olarak tanımlamıştır. Benzer şekilde, sık kullanılan başka bir ölçek olan Depresyon Kaygısı Stres Ölçeği (Lovibond & Lovibond, 1995) stresi tamamen olumsuz bir duygusal durum olarak tanımlamıştır. Ancak bunun bir istisnası, akademik stres faktörlerine olumlu yanıt verme sürecine ve bu sürecin olumlu sonuçlarına odaklanan Akademik Yapıcı Ölçeği'dir (O'Sullivan, 2011). Geçerli ve güvenilir ölçütlerin yokluğuna yanıt olarak, farklı yazarlar pozitif ve negatif duygu durumlarını yapıcı ve yıkıcı stres ölçüsü olarak kullanmışlardır. (örn. J. R. Edwards & Cooper, 1988; Parker & Ragsdale, 2015). Bu zamana kadar yalnızca üç yayımlanmış ölçek hem yıkıcı hem de yapıcı stresi bütüncül olarak ölçmektedir: Öz Bildirim Stres Yanıtı Anketi (Hargrove, Casper, & Quick, 2014), Valencia Östres- Sıkıntı Değerlendirme Ölçeği (Rodriguez, Kozusznik ve Peiró, 2013) ) ve Olumlu ve Olumsuz Profesyonel Stres Ölçeğini (De Keyser & Hansez, 1996). Bununla birlikte, üç ölçüm aracı da, örgütsel psikoloji çerçevesinde geliştirilen ve özellikle yetişkin çalışma bağlamına odaklanan ilgili nüfusla sınırlıdır. Bu yetişkin odaklı araçları, ergenlerin benzersiz gelişimsel bağlamları ve belirli özellikleri göz önüne alındığında ergen bağlamında uygulamak uygun değildir. (Compas, 1987). Bu nedenle, yapıcı (pozitif) ve yıkıcı (negatif) stres arasındaki farkı yakalayan ergen odaklı bir ölçüme aracına ihtiyaç duyulmaktadır.

Yapıcı ve Yıkıcı sters ölçeği (YYSÖ) ergenlerin yaşadığı Yapıcı ve Yıkıcı stres düzeyini değerlendirmeyi amaçlayan bir öz bildirim ölçeğidir. Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği (YYSÖ) stres tepkisinin her iki yönünü bütüncül olarak yakalayan ve stres araştırmalarında genellikle negatif odaklı yaklaşıma karşı koyan Branson ve ark (2019) tarafından geliştirilen bir ölçektir. On maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçek olarak her madde 0-4 arasında değişen puanlarla derecelenmiştir. Ölçek Yapıcı ve Yıkıcı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek puanı hesaplanırken her maddeye karşılık gelen iki alt ölçek bazında toplanarak değerlendirilir; YYSÖ-Yıkıcı Toplam (2, 5, 6, 7, 10) ve YYSÖ-Yapıcı Toplam (1, 3, 4, 8, 9). Yapıcı ve Yıkıcı boyutundan alınan puanlar 0-20 arasında değişmektedir. Yapıcı boyutundan alınan puanların yüksekliği ise, stresin yapıcı ve teşvik edici olarak algılandığını göstermektedir. Günümüzde mevcut literatürün bilgilerine göre Yapıcı ve Yıkıcı stres tepkilerini ölçmek için sadece yetişkinlerin yapıcı ve yıkıcı stres tepkilerini ölçmek araçlarına odaklanmıştır (Hargrove, Casper ve Quick, 2014). Bu nedenle Yapıcı ve Yıkıcı stres arasındaki ayrımı yakalayan ergenler odaklı bir ölçme aracına ihtiyaç duyulmaktadır. Öte yandan ergenlerde stresin yapıcı boyutunu ele alan hâlihazırda çok az sayıda Türkçe ölçme aracı bulunmaktadır. Dolayısıyla, bu çalışmanın amacı Branson ve ark (2019) tarafından geliştirilen Ergenlerde Yapıcı ve Yıkıcı stres Ölçeği'nin Türkçeye uyarlamasını yapmak ve ölçeğin psikometrik özelliklerini incelemektir.

### **Ergenlerde Yapıcı Ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin Geliştirilmesi**

Ergenlerde Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği geliştirilme sürecinde öncelikle Branson ve ark (2019) tarafından stres tepkisinin ergenler üzerindeki etki ifadelerini ve öznel deneyimleri açıklamak için 20 ergenle yapılan nitel görüşmelerin tematik analizine dayalı olarak altı temel boyut önerilmiştir: ruhsal durum, işlev/ fonksiyon, algılanan etki, duygulanım, yapı ve ilişki. Nitel sonuçlar doğrultusunda 463 aday maddeden oluşan bir havuz oluşturulmuştur ve içerik geçerliliği, anlam açıklığı ve ergenler için gelişimsel uygunluk açısından uzmanlar tarafından değerlendirilmiştir. Sorunlu maddeleri belirlemek için başka bir ergen gurubuyla bilişsel görüşmeler yapılmıştır ve sonuçta 48 maddelik nihai bir havuz

oluşturulmuştur. Farklı sosyo-eğitim kurumlarından 13 yaş ve üzeri 981 öğrenciden toplanan veriler üzerinde faktör analizleri yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda yedi faktör ortaya çıkmış ve ilk iki faktör toplam varyansın %44.9'unu açıklamıştır. Kısa ve kullanışlı bir ölçek oluşturmak için .30'un altındaki faktör yüklü maddeler çıkarılmış ve her alt boyutta 5 madde olacak şekilde .50'nin üzerindeki maddeler tercih edilerek eleme yapılmıştır. Son bir döndürme sonucunda iki alt boyut toplam varyansın %64,70'ini oluşturmuştur. İki faktör arasındaki korelasyon düşük ( $r = -.32$ ) ve bu sonuç alt boyutların birbirinden bağımsız olduğunu göstermiştir.

Ölçeğin yapı geçerliliği çalışması kapsamında doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analiz sonucuna göre  $\chi^2/df=123.41$ , (CFI)=.95, (TLI)=.94, (RMSEA)=.07 uyum indeksleri elde edilmiştir. Güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach alpha katsayısı Yıkıcı alt boyutu için .86 ve Yapıcı alt boyut için .81 bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin güçlü psikometrik kanıtlara sahip olduğu ve ergenler örnekleminde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya konmuştur.

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini 2019-2020 eğitim öğretim yılında İstanbul'da 9.-10.-11. ve 12. sınıflarda öğrenim gören 14-21 yaş aralığında 265'i kız (%64,8) ve 144'ü erkek (%35,2) olmak üzere 409 ortaöğretim öğrencisi oluşmaktadır.

### İşlem

Ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre kolay örnekleme ve kartopu yöntemi kullanarak katılımcıların Google formda hazırlanan ölçeklerin linkine sosyal medya aracılığıyla Mart ayında ulaşımı sağlanmıştır. Çalışmaya başlamadan önce ölçeğin geliştirenler ile iletişime geçilerek, ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması için izin alınmıştır. Çeviri- tekrar çeviri yöntemiyle, ölçek ilk olarak iki psikolog ve bir İngilizce öğretmeni tarafından ölçeğin İngilizce'den Türkçe'ye çevirisi yapılmıştır. Daha sonra bu Türkçe form bağımsız bir uzman tarafından İngilizce'ye çevrilmiş, son olarak çeviriler karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiş ve ölçeğin nihai çevirisi tamamlanmıştır. Ölçeğin bu son hali geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının veri toplama aşmasında kullanılmıştır.

### Veri analizi

Yakınsak geçerlilik kapsamında 409 kişiye Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeği (EBÇÖ) ve 175 kişiye Kısa semptom envanteri (KSE) uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki korelasyonu belirlemek amacıyla "Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Yöntemi" uygulanmıştır. Yordayıcı geçerlik kapsamında 175 kişiye Kısa semptom envanteri (KSE) uygulanmıştır. Yordayıcı geçerliliği belirlemek amacıyla adimsal regresyon analizi yapılmıştır. Ayırt edici geçerlik için psikolojik yardıma ihtiyaç duyan, duymayanlar ve psikolojik yardım alan ve almayanların Yapıcı ve Yıkıcı puanlarını t-test ile karşılaştırılmıştır. Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin iç tutarlılık analiz çalışması kapsamında alt ölçeklere ait Cronbach Alfa güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Geçerlik çalışması kapsamında açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. İstatistiksel analizler için SPSS v22.0 ve AMOS 22.0 programları kullanılmıştır.



## Veri Toplama Araçları

**Ergenlerde Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği (YYSÖ):** Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği (YYSÖ) stres yanıtının her iki yönünü bütünsel olarak yakalayan ve stres araştırmalarında genellikle negatif odaklı yaklaşıma karşı koyan Branson ve ark (2019) tarafından geliştirilen bir ölçektir. On maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçek olarak her madde 0-4 arasında değişen puanlarla derecelenmiştir. Ölçek Yapıcı ve Yıkıcı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek puanı hesaplanırken her maddeye karşılık gelen iki alt ölçek bazında toplanarak değerlendirilir; YYSÖ-Yıkıcı Toplam (2, 5, 6, 7, 10) ve YYSÖ-Yapıcı Toplam (1, 3, 4, 8, 9). Yapıcı ve Yıkıcı boyutundan alınan puanlar 0-20 arasında değişmektedir. Yıkıcı boyutundan alınan puanların yüksekliği, stresin gerilim ve sıkıntıya yol açan bir kavram olarak algılandığını; Yapıcı boyutundan alınan puanların yüksekliği ise, stresin yapıcı ve teşvik edici olarak algılandığını göstermektedir. Branson ve arkadaşları tarafından yapılan Doğrulayıcı faktör analiz sonucuna göre  $\chi^2/df=123.41$ , (CFI)=.95, (TLI)=.94, (RMSEA)=.07 uyum indeksleri elde edilmiştir. Güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach alpha katsayısı Yıkıcı alt boyutu için .86 ve Yapıcı alt boyut için .81 bulunmuştur.

**Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ):** KPSÖ ölçeği bireylerin psikolojik sağlığını ölçebilmek amacıyla Smith ve ark (2008) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek 6 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte alınan yüksek puanlar, yüksek psikolojik sağlığa işaret etmektedir. Ölçeğin geliştirilmesi ve geçerlik-güvenilirlik çalışması dört farklı çalışma grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin, yapı geçerliliği çalışması kapsamında Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) yapılmıştır. Analiz sonucuna göre, 4 farklı örneklem grubu için sırasıyla, toplam varyansın % 61, % 61, % 57 ve % 67'sini açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach alpha katsayısı .80 ile .91 arasında değişmektedir. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise, .62 ile .69 arasında değişmektedir. Ölçüt bağımlı geçerliliği çalışması kapsamında, KPSÖ ile diğer ölçekler arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Sonuçlara göre KPSÖ ile, ego sağlığı, iyimserlik, yaşam amaçları, sosyal destek, olumlu başa çıkma stratejileri ve olumlu duygular arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. KPSÖ ile, kötümserlik, depresyon, anksiyete, olumsuz duygular, algılanan stres ve olumsuz başa çıkma stratejileri arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Doğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan Açıklayıcı ve Doğrulayıcı faktör analizi sonucuna göre, ölçeğin tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach alpha katsayısı .83 belirlenmiştir. Ölçüt bağımlı geçerlik bağlamında KPSÖ ile Connor Davidson, Oxford Mutluluk Ölçeği, Ego Sağlığı Ölçeği ve Psikolojik Sağlık Ölçeği arasında pozitif yönde ilişkiler ortaya konmuştur.

**Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeği (EBCÖ):** Ergenler için başa çıkma ölçeği Spirito ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Bedel ve arkadaşları (2014) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada 7., 8., 9., 10. ve 11. sınıflardan toplam 453 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Yapı geçerliliğinin sınanması için daha önceden önerilen tek faktörlü, iki faktörlü, üç ve dört faktörlü yapılar Doğrulayıcı Faktör Analizi ile test edilmiş ve 15 maddeden oluşan ölçeğin Türkçe formunun en iyi üç faktörlü yapıyla uyum gösterdiği gözlenmiştir. Ölçüt bağımlı geçerlik EBCÖ'nün alt boyutları ile sürekli kaygı arasında orta düzeyde korelasyonlarla desteklenmiştir. EBCÖ'nün güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach alpha katsayısı Aktif Başa Çıkma boyut için .72, Kaçınan Başa Çıkma boyut için .70 ve Olumsuz Başa Çıkma boyut için .65 olarak belirlenmiştir. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise Aktif Başa Çıkma boyut için  $r = .66$ , Kaçınan Başa Çıkma boyut için  $r = .61$  ve Olumsuz Başa Çıkma boyut için  $r = .76$  olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar üç faktörlü EBCÖ'nün Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur.

**Kısa semptom envanteri (KSE):** Kısa Semptom Envanteri Derogatis (1977) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek psikopatolojik değerlendirme yapmak amacıyla kullanılan bir ölçektir.

Halihazırdaki çalışmada kullanılan form Psikolojik Belirti Tarama Testi'nin (SCL-90) formunun kısaltılmış halidir. Ölçek 5 dereceli Likert tipi ile değerlendirilmekte ve 53 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Her alt ölçek hem ayrı ayrı değerlendirilebilir hem de genel semptom ortalaması olarak da puanlanabilmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Şahin ve Durak (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar sonucunda 5 faktörlü bir yapı elde edilmiştir; anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilité. KSE'nin güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach alpha katsayısı .95 ile .96 arasında değişmektedir. KSE'nin, psikopatolojik değerlendirme yapmak amacıyla ergen örnekleme de geçerlik ve güvenilirlik çalışması gerçekleştirilmiştir ve aynı isimlerle adlandırılan beş faktörden oluştuğu belirlenmiştir (Şahin ve ark, 2002). Ergenlerde YYSÖ'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında KSE'nin anksiyete ve depresyon faktörleri yakınsak geçerlik kapsamında kullanılmıştır.

### Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, algılanan ekonomik durum gibi klasik soruların yanı sıra psikolojik yardım alma üyküsü gibi özellikler içeren ve araştırmacı tarafından düzenlenen bir formdur. Tablo 1 çalışmanın Demografik Bilgilerini göstermektedir.

**Table 1. EYYSÖ'in geçerlik ve güvenilirlik çalışması örneklem grubunun demografik özellikleri (N=409)**

Cinsiyet	N	%	
Kadın	265	64,8	
Erkek	144	35,2	
Sınıf	N	%	
9. Sınıf	77	18,8	
10. Sınıf	140	34,2	
11. Sınıf	96	23,5	
12. Sınıf	96	23,5	
Yaş	Yaş Kaç Arası	Ortalama	Standart Sapma
	14-21	16/40	1/27
Psikolog Yardım Alan	N	%	
Evet	344	84,1	
Hayır	65	15,9	
Psikolog Yardım İhtiyaç duyan	N	%	
Evet	239	58,4	
Hayır	170	41,6	



## BULGULAR

### Güvenilirlik Analizi Bulguları

İlk olarak madde analizi kapsamında madde-toplam korelasyonları incelenmiştir. Madde ayırt ediciliğini sınamak için hesaplanan madde-toplam puan korelasyonlarının .47 (10.madde) - .64 (4. ve 5.madde) arasında değiştiği ve .20'nin altında olan madde olmadığı için atılan madde olmamıştır (Tablo 2). YYSÖ'nin alt ölçeklerinin iç tutarlık Cronbach  $\alpha$  değerleri: Yapıcı faktör için 0,80 ve Yıkıcı faktör için 0,79 olarak tespit edilmiştir. Cronbach  $\alpha$  değerleri iki alt ölçekler için kabul edilebilir sınır olan 0,70'in (Urbina, 2014) üzerinde ve istatistiksel olarak anlamlıdır (Tablo 2).

**Tablo 2. alt ölçeklerinin alfa değerleri, ortalama ve standart sapma değerleri ve madde-toplam puan korelasyonları (N=409)**

YYSÖ Alt Ölçekleri	Madde sayısı	$\alpha$	Madde ortalama	Standart sapma
Yapıcı	5	0.80	10.04	2.93
Yıkıcı	5	0.79	10.39	2.93
Yapıcı alt ölçeğin maddeleri	r		Yıkıcı alt ölçeğin maddeleri	r
Yapıcı 1	0.54		Yıkıcı 2	0.55
Yapıcı 3	0.57		Yıkıcı 5	0.64
Yapıcı 4	0.64		Yıkıcı 6	0.54
Yapıcı 8	0.58		Yıkıcı 7	0.63
Yapıcı 9	0.58		Yıkıcı 10	0.47

### Geçerlilik Analizi Bulguları

**Açımlayıcı Faktör Analizi Bulguları:** Açımlayıcı faktör analizi (AFA) kapsamında veri setinin uygunluğunun değerlendirilmesi amacıyla yapılan KMO örneklem yeterliliği ölçütü seviyesi çok iyi bir düzeydedir ve .87'dir. Bartlett testi sonucu anlamlılık seviyesi ise  $p < 0,000$  olarak bulunmuştur. Ayrıca verilere Kaiser normalizasyonlu Varimax döndürmesine göre Temel Bileşenler Analizi de yapılarak YYSÖ alt ölçeklerinin öz değeri 1'in üzerinde olan iki faktöre yüklendiği ve toplam varyansın %57,11'ini açıkladığı tespit edilmiştir. İlk faktör toplam varyansın %31,03'ünü açıklamakta ve 1, 3, 4, 8, 9 maddeler'den oluşmaktadır. İkinci faktör ise toplam varyansın %26,08'ini açıklamakta ve 2, 5, 6, 7, 10 maddeler'den oluşmaktadır (Tablo 3).

Tablo3. YYSÖ Alt Ölçeklerinin Faktör Yüklenme Sonuçları

EYYSÖ alt ölçekleri	1	2	Ortak Varyans Değerleri
Yapıcı	,75		,49
Yapıcı	,74		,50
Yapıcı	,76		,55
Yapıcı	,70		,62
Yapıcı	,69		,70
Yıkıcı		-,57	,50
Yıkıcı		,84	,71
Yıkıcı		,83	,54
Yıkıcı		,66	,54
Yıkıcı		,65	52

**Doğrulayıcı faktör analizi:** Ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde araştırmacı, faktör yapısını doğrulamayı amaçlamaktadır. Bu nedenle, faktörlerin sayısına göre bir hipotez ifade edilir ve hipotezde istenilen faktör yapısına uygun değişkenlerin yapısı ile varyans ölçülen değişkenler test edilmiştir. Bu amaçla, 2 faktörlü model Amos programı ile çizildi ve test edildi.

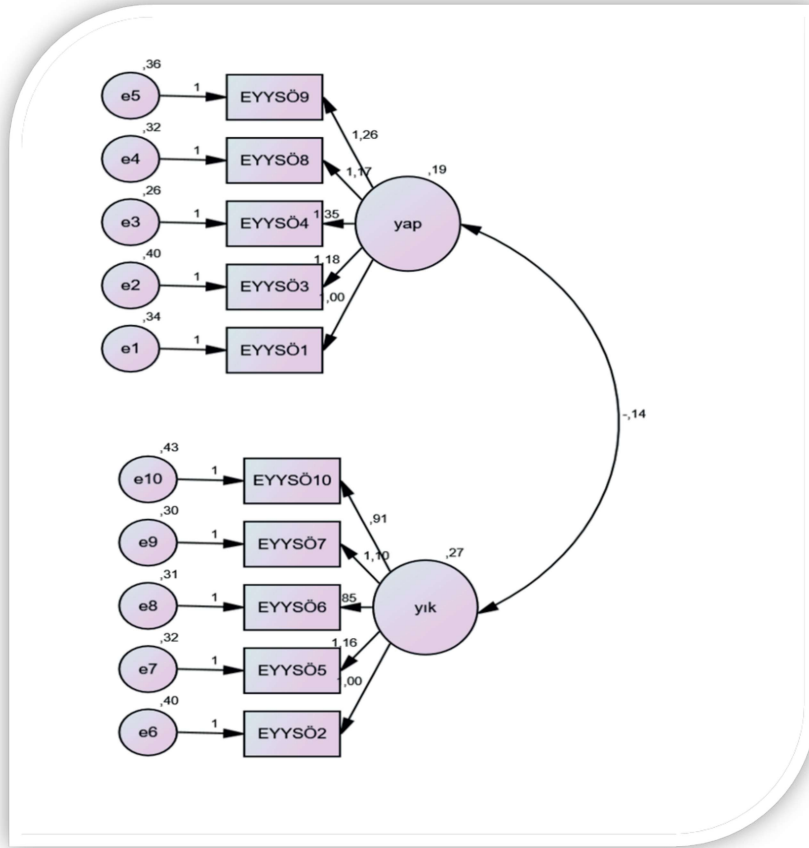
DFA sonucunda ölçekteki faktörlerin uygunluğu ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranıyla ( $\chi^2/df$ ) değerlendirilmiş ve ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının kabul edilebilir oran olan 5'ten küçük (Kline, 2005) olup olmadığına bakılmıştır. Ölçekte yer alan bütün alt ölçeklerin 5'ten küçük olduğu görülmüştür. Uyum iyiliği indekslerinde ise GFI (Goodness of fit index), AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index) ve CFI (Comparative Fit Index) için kabul edilebilir uyum değerlerinin. 90 ve üzeri olması, RMR (Root Mean Square Residual), SRMR (Standardized Root Mean Square Residual) ve RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) için 0,08 ve daha aşağı olması (Marsh ve ark, 2006).

Ölçüm modeli için elde edilen değerlere göre AGFI ve RMSEA'nin iyi uyum ve SRMR ile GFI'nin ise kabul edilebilir uyum ölçütlerini yerine getirdiği görülmüştür. Bu sonuçlara göre ölçeğin orijinal faktör yapısının doğrulandığı gözlemlenmiştir. Elde edilen değerler Tablo 4'te yer almaktadır. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi diyagramı ve hesaplanan faktör yükleri Şekil 1'de gösterilmiştir.

Tablo 4. Doğrulayıcı faktör analizi uyum iyiliği indeksleri

Tablo 4: Doğrulayıcı faktör analizi uyum iyiliği indeksleri									
Model	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	GFI	AGFI	CFI	RMSEA	RMR	SRMR
İki Faktörlü model	148.136	34	4.36	0.93	0.89	0.93	0.07	0.04	0.07





Şekil 1. YYSÖ ölçeği doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı ve hesaplanan standardize faktör yükleri

### Korelasyon Analizi Bulguları

Yakınsak geçerlik kapsamında Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeği ve Kısa semptom envanteri (KSE) arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Pearson Korelasyon analizi, YYSÖ Ölçeğinin Yapıcı ve Yıkıcı altölçekleri ile ölçülen toplam Yapıcı ve Yıkıcı puanı ile Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ile ölçülen Psikolojik Sağlık puanının, YYSÖ Ölçeğinin Yapıcı ve Yıkıcı altölçekleri ile ölçülen toplam Yapıcı ve Yıkıcı puanı ile Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeğinin altölçekleri ile ölçülen Aktif Başa Çıkma, Olumsuz Başa Çıkma puanlarının anlamlı ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeğinin altölçeklerinden Kaçınan Başa Çıkma altölçeği puanı YYSÖ Ölçeğinin Yapıcı altölçeği ile ilişki göstermemektedir. Ayrıca YYSÖ Ölçeğinin Yapıcı ve Yıkıcı altölçekleri ile ölçülen toplam Yapıcı ve Yıkıcı puanı ile Kısa Semptom Envanteri Depresyon ve Anksiyete altölçekleri ile ölçülen depresyon ve anksiyete puanlarının anlamlı ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur (Tablo 5).

Ayrıca YYSÖ Ölçeğinin alt ölçekleri arasındaki korelasyon düzeyleri de incelenmiş, Yapıcı ve Yıkıcı alt faktörler arasında ( $r = -0.31$ ) korelasyon bulunduğu görülmüştür. İki alt ölçeklerin birbirleriyle korelasyonlarının anlamlı bir düzeyde olduğu tespit edilmiştir (Tablo 6).

Tablo 5. Değişkenler arası korelasyon katsayıları

Alt Ölçekler	Yapıcı	Yıkıcı	KPSÖ	A	K	O
Yapıcı	1					
Yıkıcı	-0.51**	1				
KPSÖ	0.36**	-0.43**	1			
Aktif başa çıkma	0.42**	-0.24**	0.23**	1		
Kaçınan başa çıkma	-0.09	0.30**	-0.22**	-0.07	1	
Olumsuz başa çıkma	-0.21**	0.38**	-0.28**	-0.17**	0.32**	1
Depresyon	-0.37**	0.56**	-	-	-	-
Anksiyete	-0.31**	0.62**	-	-	-	-

\*\*P<0.001

Tablo 6. YYSÖ alt ölçekleri arasındaki korelasyon

Tablo 6: YYSÖ alt ölçekleri arasındaki korelasyon		
	Yıkıcı	Yapıcı
Yıkıcı	1	
Yapıcı	-0.31**	1

### Yordayıcı Geçerlik

Yordayıcı geçerlik analizi kapsamında YYSÖ'nin psikolojik sağlık üzerindeki yordayıcı etkisi Kısa Semptom Envanteri (KSE) ile değerlendirilmiştir. Buna göre yordanan değişkenin Adımsal Regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Bulgulara göre YYSÖ'nin Yapıcı ve Yıkıcı altölçeklerin puanları ergenlerin Kısa Semptom Envanteri Depresyon ve Anksiyete altölçekleri ile ölçülen depresyon ve anksiyete puanlarını anlamlı olarak yordamaktadır. Bulgulara göre Yapıcı puanları, Depresyon puanlarındaki varyansın yaklaşık %0/37'sini açıklarken (F(28/50), p<.000), Yapıcı puanları, Anksiyete puanlarındaki varyansın yaklaşık %0/31'ini açıkladı (F(19/39), p<.000). Yıkıcı puanları, Depresyon puanlarındaki varyansın yaklaşık %0/56'sini açıklarken (F(82/32), p<.000), Yıkıcı puanları, Anksiyete puanlarındaki varyansın yaklaşık %0/62 olmuştur (F(82/32), p<.000) (Tablo 7).

Tablo 7. YYSÖ Yordayıcı geçerlik kapsamında adımsal regresyon analiz bulguları

Yordayıcılar	Yordananlar	B	SE	B	R	R <sup>2</sup>	P
Yapıcı	Depresyon	-0.140	0.028	-0.370	0.370	0.140	0.000
	Anksiyete	-0.102	0.023	-0.317	0.317	0.101	0.000
Yıkıcı	Depresyon	0.229	0.025	0.560	0.560	0.320	0.000
	Anksiyete	0.203	0.019	0.627	0.627	0.393	0.000



## Ayrırtedici geçerlik

Ayrırtedici geçerlik kapsamında psikolojik yardım alan ve psikolojik yardım ihtiyaç duyan grupla psikolojik yardım almayan ve ihtiyaç duymayan grubun YYSÖ'nin iki alt ölçek puan ortalamalarının anlamlı derecede farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu durum YYSÖ'nin ayrırtedici geçerliğine kanıt olarak kabul edilebilir (Tablo 8).

**Tablo 8. Ayrırt edici geçerlik için Psikolojik ihtiyaç duyan ve duymayan, Psikolojik yardım alan ve almayan grupların t-test bulguları**

	Alt faktör		N	Ortalama	Standart sapma	t	df	sig
Psikolojik yardım ihtiyaç duyan	Yapıcı	Hayır	121	10.15	2.71	4.688	173	0.002
		Evet	54	8.12	2.46			
	Yıkıcı	Hayır	121	8.12	2.29	-5.97	173	0.001
		Evet	54	10.77	2.87			
Psikolojik yardım alan	Yapıcı	Hayır	155	9.73	2.81	3.40	173	0.000
		Evet	25	7.95	2.11			
	Yıkıcı	Hayır	155	8.69	2.66	-3.16	173	0.000
		Evet	20	10.85	2.88			

## TARTIŞMA

Bu çalışma ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin (YYSÖ) Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirliğinin tespit edilmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda ölçeğin güvenilirliği kapsamında Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. Geçerlik sınamaları için ise YYSÖ'nin alt ölçekleri faktör analizine tabi tutulmuş, bunun yanı sıra yakınsak, ayrırt edici ve yordayıcı geçerlikleri incelenmiştir.

Psikometrik sınamalardan önce YYSÖ'nin alt ölçek puanlarının alt ölçeklerdeki madde sayılarına göre ağırlıklı ortalamaları hesaplanmış, bu değerlerin orijinal çalışmasındaki YYSÖ'nin alt ölçeklerinin madde ortalamalarıyla benzer oldukları görülmüştür (Branson ve arkadaşları, 2019).

Türkçe'ye çevrilen Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin güvenilirlik çalışmasında ilk olarak madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmış ve puan korelasyonu .20'nin altında olan madde olmadığı için atılan madde olmamıştır. İç tutarlılık için her bir alt ölçeğin Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. Çalışmamızdaki iç tutarlılık Cronbach  $\alpha$  değerleri Yapıcı alt ölçek için 0,80 ve Yıkıcı alt ölçek için 0,79 yüksek bir düzeydedir ve bu sonuçlar orijinal form çalışmasında elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir (Branson ve arkadaşları, 2019).

Yapı geçerlik çalışması kapsamında ilk olarak YYSÖ'nin alt ölçekleri toplam puanları temel bileşenler analizi kullanılarak faktör analizine sokulmuş, bu analizin sonucunda YYSÖ'nin alt ölçeklerinin öz değeri 1'in üzerinde olan iki faktöre yüklendiği ve toplam varyansın %57,11'ni açıkladığı tespit edilmiştir. İlk faktör toplam varyansın %31,03'ünü açıklamakta ve Yapıcı olarak isimlendirebilecek 1, 3, 4, 8, 9 maddeler'den oluşmaktadır. İkinci faktör ise toplam varyansın %26,08'sini açıklamakta ve Yıkıcı olarak isimlendirebilecek 2, 5, 6, 7, 10 maddeler'den oluşmaktadır (Tablo 3). Bu sonuç orijinal form

çalışmasında bulunan iki faktörlü yapıyla uyumludur. Orijinal çalışmada analizin sonucunda toplam varyansın %64.71'sini açıklayan 2 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır (Branson ve arkadaşları, 2019).

Yapı geçerlik kapsamında yapılan doğrulayıcı faktör analizinde her bir alt ölçeğin GFI, AGFI, CFI, RMR, SRMR ve RMSEA uyum indekslerinin kabul edilebilir bir düzeyde olduğu görülmüştür (Tablo 4). Çalışmamızın sonuçları orijinal form çalışmasında elde edilen bulguları desteklemektedir (Branson ve arkadaşları, 2019).

YYSO'nin aynı zamanda yakınsak geçerliği de incelenmiştir. Bu amaçla 409 kişiye Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeği ve 175 kişiye Kısa semptom envanteri (KSE) uygulanmış ve YYSÖ'nin alt ölçekleriyle bu ölçekler arasında anlamlı seviyede ( $r=.21- r=.62$  arasında) (tüm korelasyonlar için  $p<.001$ ) korelasyonlar bulunmuştur. Orijinal çalışmada ergenler için mevcut bir Yapıcı ve Yıkıcı stres ölçüsü bulunmadığından, hiçbir ölçek YYSÖ'nin benzer yapılarını yansıtmaz. Bu yüzden Akademik yapıcı ölçeği AES (O'Sullivan, 2011) ve Algılanan stres ölçeği PSS-10 (Cohen ve arkadaşları, 1983) sonuç olarak yakınsak geçerlilik yapıları olarak seçilmiştir, çünkü "stres" kavramsallaştırmaları YYSÖ'nin alt ölçeklerinin her birine en yakın analogdur. Pearson korelasyon katsayısı Yapıcı alt ölçeği ile AES Ölçeği arasında 0.60, Yıkıcı alt ölçeği ile PSS-10 arasındaki 0.68 güçlü pozitif korelasyonlar belirlenmiştir (Branson ve arkadaşları, 2019).

Ayırt edici geçerlik için psikolojik yardım alan ve psikolojik yardım ihtiyaç duyan gruba psikolojik yardım almayan ve ihtiyaç duymayan grubun YYSÖ'nin iki alt ölçek puan ortalamalarının anlamlı derecede farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu durum YYSÖ'nin ayırt edici geçerliğine kanıt olarak kabul edilebilir.

Yordayıcı geçerlik analizi kapsamında YYSÖ'nin psikolojik sağlık üzerindeki yordayıcı etkisi Kısa Semptom Envanteri (KSE) ile değerlendirilmiştir. Sonuca göre YYSÖ'nin Yapıcı ve Yıkıcı alt ölçeklerinin puanları ergenlerin Kısa Semptom Envanteri Depresyon ve Anksiyete altölçekleri ile ölçülen depresyon ve anksiyete puanlarını anlamlı olarak yordamaktadır.

Sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde, Ergenlerde Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeği (EYYSO) Türk örnekleme stres ölçümünde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Buna karşın bu bulgular sınırlılıkları içerisinde değerlendirilmelidir. Çalışmayla ilgili muhtemel bir sınırlılık verilerin İstanbul'da bulunan öğrencilerden toplanmış olması ve bu sonuçların Türkiye'nin tüm bölge ve şehirlerindeki öğrencilere genellenemeyeceğidir. Bu yüzden, sonuçların genellenebilirliği açısından YYSÖ'yi farklı şehir, bölge, etnik grup ve İngilizcenin anadil olmadığı farklı ülkelerde de ergenler üzerinde uygulanarak bu çalışmanın bulgularıyla karşılaştırılması ve ölçeğin faktör yapısıyla ilgili daha fazla kanıt bulunması önemlidir. Verilerin internet ortamından toplanması yanı sıra verileri online topladığımız için güvenilirlik kapsamında test tekrar test analizini yapamadığımız çalışmamızın sınırlılıklarından sayılır. Ayrıca, orijinal çalışmadaki analizlerin yanı sıra farklı analizlerin de yapılması ve ya farklı ölçeklerin kullanması örneğin yakınsak geçerlik için farklı ölçeklerin kullanması YYSÖ'yi için elde edilen psikometrik değerleri güçlü kılmaktadır.

## SONUÇ

Sonuç olarak bu çalışmanın bulguları Ergenler için Yapıcı ve Yıkıcı Stres Ölçeğinin (YYSO) güçlü psikometrik kanıtlara sahip olduğu ve ergenler örnekleminde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya konmuştur.



## REFERENCES

- Antonovsky, A. (1979). Health, stress, and coping. *New perspectives on mental and physical well-being*, 12-37.
- Bedel, A., Işık, E. ve Hamarta, E. (2014). Ergenler için Başa Çıkma Ölçeğinin (EBÇÖ) geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 39(176), 227-235.
- Branson, V., Dry, M. J., Palmer, E., & Turnbull, D. (2019). The adolescent distress-eustress scale: Development and validation. *SAGE Open*, 9(3), 2158244019865802.
- Branson, V., Turnbull, D., Dry, M. J., & Palmer, E. (2019). How do young people experience stress? A qualitative examination of the indicators of distress and eustress in adolescence. *International Journal of Stress Management*, 26(3), 321.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, (24)385-396.
- Compas, B. E., Davis, G. E., Forsythe, C. J., & Wagner, B. M. (1987). Assessment of major and daily stressful events during adolescence: the Adolescent Perceived Events Scale. *Journal of consulting and clinical psychology*, 55(4), 534.
- Derogatis, L. R. (1992). *The brief symptom inventory (BSI): administration, scoring & procedures manual-II*. Clinical Psychometric Research.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- De Keyser, V., & Hansez, I. (1996). Vers une perspective transactionnelle du stress au travail: pistes d'évaluations méthodologiques [Towards a transactional perspective on workplace stress: Pathways to methodological evaluation]. *Cahiers de Médecine du Travail*, 33, 133-144
- Edwards, J. R., & Cooper, C. L. (1988). The impacts of positive psychological states on physical health: A review and theoretical framework. *Social Science & Medicine*, 27, 1447-1459.
- Hargrove, M. B., Casper, W. J., & Quick, J. C. (2014). Scale validation for the Self-Report Stress Response Questionnaire (SRSRQ). In *Annual Conference of the Society of Industrial and Organizational Psychologists, Honolulu, HI*.
- Kline, R. B. (2005). Principles and practice of structural equation modeling. 2nd The Guilford Press. New York.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-22.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Le Fevre, M., Matheny, J., & Kolt, G. S. (2003). Eustress, distress, and interpretation in occupational stress. *Journal of managerial psychology*, 18(7), 726-744.
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd ed.)*. Sydney, New South Wales, Australia: Psychology Foundation.
- Marsh, H. W., Hau, K. T., Artelt, C., Baumert, J., & Peschar, J. L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*, 6(4), 311-360.
- McCrae, R. R., & Costa Jr, P. T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American psychologist*, 52(5), 509.
- Nelson, D. L., & Simmons, B. L. (2003). *Health psychology and work stress: A more positive approach*. In J. C. Rustøen, T., Cooper, B. A., & Miaskowski, C. (2010). The importance of hope as a mediator of psychological distress and life satisfaction in a community sample of cancer patients. *Cancer nursing*, 33(4), 258-267.
- Parker, K. N., & Ragsdale, J. M. (2015). Effects of distress and eustress on changes in fatigue from waking to working. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 7, 293-315.

- Rodríguez, I., Kozusznik, M. W., & Peiró, J. M. (2013). Development and validation of the Valencia Eustress-Distress Appraisal Scale. *International Journal of Stress Management*, 20, 279-308.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, 35, 37.
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. London, England: Hodder and Stoughton.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. ve Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Spirito, A., Stark, L.J. ve Williams, C. (1988), Development of a brief coping checklist for use with pediatric populations, *Journal of Pediatric Psychology*, 13(4), 555- 574.
- Urbina, S. (2014). *Essentials of psychological testing*. John Wiley & Sons.
- Yılmaz, N. (2016). *Ergenlerde problemlerle internet kullanımının yordayıcıları olarak stresle başa çıkma ve kişilik özellikleri* (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).

