

Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması

Dr. Fatma YILDIRIM¹, Dr. İnci Özgür İLHAN²

Özet / Abstract

Amaç: Sosyal-Bilişsel Kuram içinde temel bir kavram olarak geçen özyeterlilik, kişinin çevresinde olup bitenler üzerinde etkili olabilecek biçimde bir edimi başlatıp sonuç alınca kadar sürdürebileceğine olan inancı olarak tanımlanmıştır. Bu çalışmada Genel Özyeterlilik Ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Genel Özyeterlilik Ölçeği 18 yaş ve üstündeki en az 5 yıllık eğitimi olan 895 kişiye uygulanmıştır. Açım-layıcı factor analizi, Beck Depresyon Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, Kontrol Odağı Ölçeği, Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği ve Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kullanılarak ölçüt bağıntılı geçerlilik, iç tutarlılık analizi ve test-tekrar-test çalışması yapılmıştır.

Bulgular: Üç faktörlü yapının varyansın % 41,5'ini açıkladığı görülmüştür. Genel Özyeterlilik Ölçeği ve diğer ölçekler arasındaki korelasyonlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) 0,80 ve ikinci kez ulaşılabilen toplam 236 kişiden elde edilen veriler üzerinden elde edilen test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,69 olarak bulunmuştur.

Sonuç: Genel Özyeterlilik Ölçeği-Türkçe formu 18 yaş ve üstü en az ilkokul mezunu kişilerin genel özyeterliliklerini ölçmede geçerli ve güvenilir bir araçtır.

Anahtar Sözcükler: Özyeterlilik, Genel Özyeterlilik Ölçeği, geçerlilik, güvenilirlik

SUMMARY: Validity and Reliability Study of the Turkish Form of the General Self-efficacy Scale

Objective: Self-efficacy, which is a basic term in Social Cognitive Theory, has been defined as one's belief in his/her ability to start, to continue and to complete an action in a way which would have an impact on his/her environment. In this study it was aimed to investigate psychometric properties of the Turkish form of the General Self-Efficacy Scale.

Method: The General Self-Efficacy Scale was applied on a sample of 895 individuals of 18 years or of an older age having at least five years of education. Exploratory factor analysis, criterion validity study using Beck Depression Scale, Spielberger Trait Anxiety Inventory, Locus of Control Scale, Learned Resourcefulness Scale, and Coopersmith Self Esteem Inventory, internal consistency analysis and test-retest reliability study were performed.

Results: It was found that the three factor structure explained 41.5% of the variance. Correlations between the General Self-Efficacy Scale and the other measures were found statistically significant. The Cronbach alpha coefficient of the whole scale was found as 0.80 and the test-retest reliability coefficient estimated from the data of 236 individuals that could be reached second time was found as 0.69.

Conclusion: The Turkish form of the General Self-Efficacy Scale is a valid and reliable instrument in the assessment of the general self-efficacy of individuals of 18 years or of an older age with at least five years of education.

Key Words: Self-efficacy, the General Self-Efficacy Scale, validity, reliability

Geliş Tarihi : 25.10.2009 - Kabul Tarihi : 01.04.2010

¹Yrd. Doç., Ankara Ü Siyasal Bilgiler Fak., Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bl. ²Doç., Ankara Ü Tıp Fak., Psikiyatri AD., Ankara. Dr. Fatma Yıldırım, e-posta: yildirimfatma@yahoo.com

GİRİŞ

Özyeterlilik kavramı, insan davranışının önemli bir belirleyicisi olarak Sosyal-Bilişsel Kuram kapsamında Bandura (1989, 1994, 1997) (Bandura ve Adams 1977) tarafından tanımlanmış ve daha sonra da bu kavramı ele alan pek çok kuramsal ve deneysel çalışma yapılmıştır. Özyeterlilik, kişinin çevresinde olup bitenler üzerinde etkili olabilecek biçimde bir edimi başlatıp sonuç alıncaya kadar sürdürebileceğine olan inancı olarak tanımlanmıştır (Bandura 1994). Özyeterlilik yetenekli olmaya değil, ama kişinin kendi kaynaklarına güvenmesine karşılık gelir. Bir durumla baş etmede yeterli becerileri olan, ancak özyeterliliği düşük olan kişi, söz konusu becerilerini harekete geçiremeyecektir. Özyeterlilik kavramı, bir eylemin planlanması, gerekli becerilerin farkında olunması ve örgütlenmesi, zorluklarla birlikte elde edilecek kazançların gözden geçirilmesi sonucunda oluşan güdülenme düzeyi gibi öğeleri içerir. Güçlü bir özyeterlilik başarı ve iyilik halinin oluşmasını ve en önemlisi kişisel gelişimi ve becerilerin çeşitlenmesini sağlar. Önceki başarılı deneyimler, kişisel olarak benzer özellikleri taşıyan diğer insanların başarı örnekleri, çevreden gelen olumlu geribildirimler ve olumlu duygudurum özyeterlilik inancını besleyen kaynaklardır. Bir eylem başarısızlıkla sonuçlandığında, özyeterliliği yüksek olan bir kişi, bu başarısızlığı kendi eksikliğine değil, kullanılan yöntem ve stratejilerin yanlışlığına bağlar. Bandura'ya göre (1997) özyeterliliği düşük ve yüksek olanları ayırt eden en önemli özellik, özyeterliliği yüksek olanların başarısızlıkları karşısında çabuk toparlanıp eylemlerinde ısrarcı olmaları, yani yılmamalarıdır.

Özyeterlilik kavramıyla karşılaşıldığında akla gelebilecek ilk sorulardan bir tanesi özyeterliliğin özsaygıdan farklı olup olmadığıdır. Bandura, (1997) özyeterlilikten farklı olarak özsaygının, hedeflenen bir sonuca ulaşmadaki edimsel süreçle ilgili olmadığını, dolayısıyla özsaygının bir eylemin sonucuna göre belirlenmediğini belirtmiştir. Belirli bir eylemle ilgili olarak insanın kendi becerilerini eksik bulması, yani özyeterliliğinin düşük olması, özsaygının da düşük olmasını gerektirmez. Ayrıca, her ne kadar özyeterlilik ve özsaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olsa da, özyeterlilik davranışın güdüleyici yönü ile ilgili bulunurken, özsaygı insanın kendisiyle ilgili hoşnut olma ya da olmamasıyla ilişkilendirilmiştir (Chen ve ark. 2001, Chen ve ark. 2004).

Özyeterlilik inancının durumluk (state) ya da sürekli (trait) bir özellik olduğuna ilişkin görüş ayrılıkları bulunmaktadır. Buna göre özyeterlilik inancı göreve-özümlü (task-specific) ya da genel özyeterlilik olarak incelenmiştir.

tir. Göreve-özümlü özyeterlilik ölçümünde akademik özyeterlilik, kişiler arası ilişkiler özyeterliliği, diabete özümlü özyeterlilik gibi duruma özümlü, yani hedeflenen davranışla ilgili özyeterlilik ele alınmaktadır. Bandura (1997) asıl olarak "göreve özümlü özyeterlilik" inancının yordayıcı değerinin olduğunu ileri sürmüş olmasına karşılık genel özyeterlilik kavramı çeşitli çalışma bulgularıyla destek bulmuştur (Eden ve Kinnar 1991, Harrison ve ark. 1996, Chen ve ark. 2000, Scherbaum ve ark. 2006).

Sağlık alanında özyeterlilikle ilgili olarak hasta davranışlarını inceleyen pek çok çalışma örneği vardır. Hastaların sağlıklarıyla ilgili davranışlarının oluşumu ve değiştirilmesinde özyeterlilik kavramının kullanılması işe yarar görünmektedir (Rapley ve Fruin 1999, Vallis ve Bucher 1986, Jeng ve Braun 1994, Schwarzer ve Fuchs 1995, Lau-Walker 2004, Marlowe 1998, French ve ark. 2000, Mancuso ve ark. 2001, Bandura 2005). Psikiyatri alanında ise özyeterlilik depresyonla (Hermann ve Betz 2004, Pössel ve ark. 2005), yaygın bunaltı ile (Stanley ve ark. 2002), travma sonrası tepkilerle ya da psikososyal zorlayıcılarla ilgili tepkilerle (Benight ve Bandura 2004, Mikkelsen ve Einarsen 2002) ilişkili bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde özyeterliliğin ruhsal anlamda iyilik halini (Magaletta ve Oliver 1999) ve tedavi sonrasında duygudurum bozukluğu olan hastaların artmış psikososyal uyumunu belirlediği (Cutler 2005) saptanmıştır. Alkol bağımlılığı olanlarda (Miller ve ark. 1994, Noone ve ark. 1999, Allsop ve ark. 2000, Hasking ve Oei 2007) ve esrar kullananlarda (Lozano ve ark. 2006) yüksek özyeterliliğin olumlu gidişi belirleyen önemli bir etmen olduğu gösterilmiştir. Sözü edilen çalışmaların önemli bir kısmında göreve özümlü özyeterlilik değerlendirilirken, bir kısmında genel özyeterlilik değerlendirmesi yapılmıştır.

Özyeterlilik, hemen her alanda giderek önemi daha fazla anlaşılan bir kavramdır. Duruma özümlü özyeterliliğin özümlü ölçekler aracılığı ile çalışılmasından çok, literatürde sıklıkla tercih edilen Sherer ve arkadaşlarının (1982) geliştirdiği Genel Özyeterlilik Ölçeği hemen her alanda kullanılabilir bir değerlendirme aracıdır. Özellikle ruh sağlığı ve psikoterapi alanlarında özyeterlilik anahtar sayılabilecek bir kavramdır. Bu bağlamda bu çalışmayla Genel Özyeterlilik Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Örneklem

Araştırmanın örneklemini Genel Özyeterlilik Ölçeği kullanılarak yapılmış üç ayrı alan çalışmasının örneklemelerinin birleştirilmesi ile oluşturulmuştur.

Örneklemin tümü klinik dışı alandandır. Böylece çeşitli sosyoekonomik özellikler taşıyan kişilere ulaşılabilmektedir. Bu çalışmalar aracılığıyla ulaşılan 18 yaş üstü (yaş ortalaması±standard sapma= 35,1±9,5; 18-70 arası) 498 kadın ve 407 erkek, en az 5 yıllık eğitimi olan toplam 905 kişiye gönüllülük esas alınarak araştırmada yararlanılan ölçekler verilmiştir. Araştırmaya katılanların %28,6'sının eğitim düzeyinin (s=258) ilkokul, %23,5'inin (s=213) lise, %40,8'inin (s=369) yüksekokul ya da üniversite, %7,1'inin (s=65) ise lisansüstü eğitim olduğu belirlenmiştir. Toplam örneklemin %35,1'i (s=318) halen gelir getiren bir işte çalışmadığını, %60,2'si (s=545) çalışmakta olduğunu ve %4,7'si (s=42) emekli olduğunu bildirmiştir. Çalışmaya katılanların %33,1'inin (s=300) bekar, %64,6'sının (s=584) evli, %2,3'ünün (s=21) dul ya da boşanmış olduğu görülmüştür. Gelir durumları ile ilgili sorulara katılanların %16,7'si (s=151) "zorlukla geçiniyoruz", %64,7'si (s=586) "idare ediyoruz" ve %18,6'sı (s=168) "rahat geçiniyoruz" yanıtını vermiştir. Ölçeğin tümünü ya da tümüne yakınına boş bırakan toplam 10 kişiye ait olan veriler analize alınmamıştır.

Araçlar

Genel Özyeterlilik Ölçeği: Ölçeğin 23 maddelik özgün formu Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilmiştir. Özgün ölçek Genel Özyeterlilik (açıklanan varyans %26,5, Cronbach alfa=0,86) ve Sosyal Özyeterlilik (açıklanan varyans %8,5, Cronbach alfa=0,71) olmak üzere iki faktörlü bir yapı ortaya koymuştur. Birinci faktöre yüklenen maddeler özgül bir davranış alanına işaret etmediği için bu faktöre "Genel Özyeterlilik" başlığının uygun görüldüğü belirtilmiştir. Sosyal Özyeterlilik faktörü ise sosyal durumlardaki yeterlilik beklentilerini yansıtmaktadır. Özgün haliyle 14 dereceli olan ölçeğin sonraki hali beş dereceli Likert tipi bir ölçeğe çevrilmiştir (Sherer ve Adams 1983). Bu çalışmada ölçeğin "Sizi ne kadar tanımlıyor?" sorusuna beş dereceli olarak "hiç" ve "çok iyi" yanıtları arasında değişen yanıtların verilebildiği Likert formatındaki hali kullanılmıştır. Her sorunun puanı 1-5 arasında değişmektedir. Ölçekteki 2, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16 ve 17. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçek toplam puanı 17-85 arasında değişebilmektedir; puanın artması özyeterlilik inancının arttığını göstermektedir.

Yazarlar ölçeğin psikometrik özelliklerini göz önünde bulundurarak ve psikoterapi ve davranış değişikliğinin değerlendirilmesi amacıyla Genel Özyeterlilik Alt Ölçeği'nin kendi başına kullanılmasını önermektedirler (Sherer ve ark 1982, Sherer ve Adams 1983). İspanyolca formu için yapılan çalışmada, Genel Özyeterlilik Ölçeğinin psikometrik özellikleri Sosyal Özyeterlilik

Ölçeğinin psikometrik özelliklerinden daha iyi bulunmuştur (Lopez-Torrecillas ve ark 2006).

Gözüm ve Aksayan (1999) ölçeğin hem genel hem sosyal özyeterlilik maddelerini içeren toplam 23 maddelik bir Türkçe çevirisi üzerinde çalışmıştır. Sonrasında bu ölçek tekrar gözden geçirilerek madde sayısı 19'a indirilmiştir (Özalp-Türetgen 2005). Bu çalışmalara göre ölçeğin faktör yapısının özgün ölçekte ve diğer çalışmalarda gösterilmiş olan yapıyla benzerlik göstermediği belirtilmiş ve bazı maddeler içinde buldukları faktörle iyi uyum göstermediği için yazarlar, alt boyutlar (Genel Özyeterlilik ve Sosyal Özyeterlilik boyutları) yerine toplam puan üzerinden değerlendirme yapılmasını önermişlerdir. Oysa ilgili yazındaki çalışmalarda sosyal ve genel özyeterlilik boyutlarının ayrı ayrı kullanıldığı (Sherer ve Adams 1982, Sherer ve ark. 1983, Cutler 2005) ve faktör analizinin de ayrı ayrı yapıldığı görülmüştür. Bu çalışmada yaygın olarak kullanılan 17 maddelik Genel Özyeterlilik Ölçeği (Magaletta ve Oliver 1999) üzerinde çalışılması tercih edilmiştir. Ayrıca daha önceki Türkçeye uyarlama çalışmalarında sözü edilen sorunlar nedeniyle bu çalışmaya ölçeğin çeviri aşamasından başlanması uygun görülmüştür.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması için ölçeği geliştirmiş olan yazarlardan birisiyle bağlantı kurularak izin alınmıştır. Ölçek önce çeşitli alanlarda (psikoloji, psikiyatri, sosyoloji, dilbilim) akademisyen olarak çalışan beş kişi tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Geri çeviri psikiyatri, psikoloji, sosyoloji, dilbilim alanlarında çalışan beş kişiden oluşan farklı bir grup tarafından yapılmıştır. Üzerinde görüş birliği olan maddeler alınmış, görüş birliği olmayan maddeler ise çoğunluk (en az üç kişi) tarafından kabul edilen haliyle benimsenmiştir. Ayrıca çeviri gruplarından farklı 5 akademisyenden oluşan bir yargıcı grubunun kültüre uygunluk, anlaşılabilirlik ve amaca uygunluk açısından değerlendirmeleri doğrultusunda ölçeğe son şekli verilmiştir.

İlgili yazında ölçeğin geçerlilik çalışmalarının ışığında Beck Depresyon Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, ayrıca özyeterlilik inancı ile kavramsal ilişkisi gösterilmiş olan değişkenlerin değerlendirilmesinde Kontrol Odağı Ölçeği, Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği ve Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ölçüt bağıntılı geçerlilik çalışması için seçilen değerlendirme araçlarıdır.

Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) Depresyonda görülen bedensel, duygusal, bilişsel ve güdüselle belirtileri ölçmek üzere Beck ve arkadaşları (1961) tarafından geliştirilen bu ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Hisli (1988) tarafından yapılmıştır. Yirmi bir sorudan oluşan

bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Her sorunun puanı 0-4 arasında değişmekte olup ölçeğin toplam puanı 0-63 arasında değişebilmektedir. Yirmi bir ve üzerindeki puanlar orta şiddette ya da ağır depresyonun varlığına işaret etmektedir (Hisli 1989).

Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri (STAI): Bireyin genellikle nasıl hissettiğinin tanımlanmasını içeren Sürekli Kaygı Envanteri Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilmiş ve Öner ve Le Compte (1985) tarafından Türkçeye kazandırılmıştır. Toplam 20 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Genel kaygı düzeyi hakkında bilgi verir.

Kontrol Odağı Ölçeği: Bu ölçek, bireyin yaptığı davranışların sonuçlarının kendisinin ya da kendi dışındaki odakların (örneğin şans, kader) kontrolünde oluşuyla ilgili inancını değerlendirmektedir. Dağ (2002) tarafından çeşitli kontrol odağı ölçeklerinden yararlanılarak geliştirilmiş olan toplam 47 maddelik beş dereceli Likert tipli bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Puanlardaki yükselme dış kontrol odağı inancını yansıtır. İç tutarlılığı (Cronbach alfa=0,92) ve test-tekrar-test güvenilirliği (Pearson r=0,88) yüksek bulunmuştur.

Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği: Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen bu ölçek, olumsuz yaşam olayları ile ne kadar etkili bir biçimde baş edildiğini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması Dağ (1991) tarafından gerçekleştirilen, toplam 36 maddeden oluşan beş dereceli Likert tipli bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Puanların yükselmesi kendini denetleme ve baş etme becerilerinin yüksekliğine işaret etmektedir. İç tutarlılığı (Cronbach alfa=0,78) ve test-tekrar-test güvenilirliği (Pearson r=0,88) yüksek bulunmuştur.

Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri: Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri 25 maddeden oluşan ve iki basamaklı yanıt çizelgesi üzerinden değerlendirilen ve Coopersmith (1986) tarafından geliştirilen bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan "0" en yüksek puan "100" olup, alınan puanlar yükseldikçe ösuygı da yükselmektedir. Türkiye'deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Turan ve Tufan (1987) tarafından yapılmıştır.

Uygulama

Araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü kişilere, araştırmada veri toplama araçları olarak kullanılan bilgi formu ile ölçekler bir arada ve güven sağlamak amacıyla bir zarf içerisinde verilmiştir. Bilgi toplama formu hep ilk sırada verilmiş, ölçeklerin veriliş sırası ise bir katılımcıdan diğerine değiştirilmiştir. Bilgi formu içinde olmak

üzere hepsi kendini değerlendirmeye dayalı olan ölçeklerin tümünün doldurulması yaklaşık yirmi beş dakika almıştır.

Tüm örneklemden ikinci kez ulaşılabilen toplam 236 kişiye Özyeterlilik Ölçeği ortalama 3 hafta (2-4 hafta) arayla tekrar verilmiştir. Çalışmaya katılanlardan ölçekler üzerine ilk ve ikinci ölçek uygulamasında kişilerin isimlerini yazmaları istenmemiş, bunun yerine bir rumuz belirleyerek test-tekrar-test uygulamasında ölçek formu üzerine bu rumuzu yazmaları istenmiştir.

İstatistiksel analiz

Ölçeğin faktör yapısı açımlayıcı faktör analizi ve varimaks rotasyonu ile incelenmiştir. Ölçüt bağımlı geçerlilik analizinde ve test-tekrar-test güvenilirliğinin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Güvenilirlik analizinde Cronbach alfa katsayıları ve iki-yarım güvenilirlik analizi yapılmıştır. Cinsiyet, yaş ve eğitim durumu değişkenlerinin Genel Özyeterlilik Ölçeği puanları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla 2 (cinsiyet) X2 (örneklem ortalama yaşı 35 yaşın altında ve 35 yaş ve üzerinde olanlar) X3 (ilköğretim, lise ve yüksek eğitimli olanlar) ANOVA yapılmıştır ve post-hoc Tukey testi uygulanmıştır. Ayrıca BDÖ puanına göre klinik anlamlılıkta depresyon puanı olanlar ile anlamlı düzeyde depresyonu olmayan ve STAI'ye göre yüksek ve düşük kaygı düzeyine sahip olanların Genel Özyeterlilik puan ortalamaları t-testi ile karşılaştırılmıştır. Tüm verilerin analizinde SPSS 13.0 paket programı kullanılmıştır.

BULGULAR

Geçerlilik

Ölçeğin faktör yapısı açımlayıcı faktör analizi (exploratory factor analysis) ile temel bileşenler yöntemi ile incelenmesi sonucunda özdeğeri 1'in üzerinde olan üç faktör belirlenmiştir. Birinci faktörün özdeğeri 4,150, açıkladığı varyans %20,2, ikinci faktörün özdeğeri 1,786, açıkladığı varyans %11,9 ve üçüncü faktörün özdeğeri 1,114 ve açıkladığı varyans %9,5 olarak bulunmuştur. Bu faktörler sırasıyla "Başlama", "Yılmama" ve "Sürdürme Çabası-Israr" olarak adlandırılmıştır. Buna göre üç faktörlü yapı varyansın % 41,47'sini açıklamaktadır. Tablo 1'de maddelerin özdeğerleri ve yüklenmeler verilmiştir; yüklenmeler 0,43 ile 0,70 arasında değişmektedir (Tablo 1).

Genel Özyeterlilik Ölçeği ile Kontrol Odağı Ölçeği, Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve

TABLO 1. Genel Özyeterlilik Ölçeği-Temel Bileşenler Analizi Sonuçları.

	1. faktör yükü	2. faktör yükü	3. faktör yükü
Faktör 1: Başlama			
7. Eğer bir iş çok karmaşık görünüyorsa onu denemeye bile girişmem.	,662		
6. Zorluklarla yüz yüze gelmekten kaçınıyorum.	,660		
17. Hayatta karşıma çıkacak sorunların çoğuyla baş edebileceğimi sanmıyorum.	,620		
12. Bana zor görünen yeni şeyleri öğrenmeye çalışmaktan kaçınıyorum.	,586		
4. Belirlediğim önemli hedeflere ulaşmada, pek başarılı olamam.	,582		
10. Yeni bir şey denerken başlangıçta başarılı olamazsam çabucak vazgeçerim.	,573		
11. Beklenmedik sorunlarla karşılaştığımda kolayca onların üstesinden gelemem.	,564		
5. Her şeyi yarım bırakırım.	,480		
2. Sorunlarımdan biri bir işe zamanında başlayamamamdır.	,465		
Faktör 2: Yılmama			
15. Kendine güvenen biriyim.		,701	
13. Başarısızlık benim azmimi arttırır.		,604	
16. Kolayca pes ederim.		,577	
3. Eğer bir işi ilk denemede yapamazsam başarıya kadar uğraşırım.		,497	
14. Yeteneklerime her zaman çok güvenmem.		,434	
Faktör 3: Sürdürme Çabası-Israr			
8. Hoşuma gitmeyen bir şey yapmak zorunda kaldığımda onu bitirinceye kadar kendimi zorlarım.			,641
9. Bir şey yapmaya karar verdiğimde hemen işe girişirim.			,620
1. Planlar yaparken, onları hayata geçirebileceğimden eminimdir.			,489
Açıklanan Varyans	20,155	11,862	9,449
Toplam Açıklanan Varyans		41,466	

STAI arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 2'de verilmiştir. Genel Özyeterlilik Ölçeği ve diğer ölçekler arasındaki korelasyonlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Tablo 2).

Depresyon puanı yüksek olan grubun özyeterlilik puanı $55,7 \pm 10,1$ depresyonu olmayan grubun özyeterlilik puanı ise $61,8 \pm 9,0$ bulunmuş olup aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($t=5,846$, $p<,0001$). Aynı şekilde STAI'den aldıkları puanlara göre ise yüksek kaygılı grubun özyeterlilik puanı ($54,4 \pm 9,7$) düşük kaygılı grubun özyeterlilik puanına ($62,6 \pm 8,6$) göre anlamlı olarak düşük belirlenmiştir ($t=8,355$, $p<0,0001$).

Güvenilirlik

Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa)

0,80 bulunmuştur. İki yarım güvenilirlik analizine göre, Guttman Split-half katsayısı 0,77'dir. Ayrıca yine ölçe-

TABLO 2. Genel Özyeterlilik Ölçeği ile Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği, Kontrol Odağı Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği Korelasyon Katsayıları.

	Pearson r
Özsaygı Ölçeği	,487**
Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği	,575**
Kontrol Odağı Kontrol Odağı Ölçeği	-,302**
Beck Depresyon Ölçeği	-,492**
STAI	-,342**

** $p<0,01$, * $p<0,05$

TABLO 3. Genel Özyeterlilik Ölçeği'nin Madde ve Güvenilirlik Analizi Sonuçları.

Madde	Ort	ss	Madde çıktığında ölçek ortalaması	Madde çıktığında ölçek varyansı	Madde-toplam korelasyonu	Madde çıktığında ölçek Cronbach alfa katsayısı
1	3,59	1,04	59,73	88,51	,33	,79
2	3,41	1,34	59,91	86,06	,33	,79
3	4,02	1,05	59,30	86,32	,44	,79
4	3,55	1,16	59,77	85,40	,43	,79
5	4,17	1,11	59,15	85,16	,47	,78
6	3,81	1,26	59,51	82,22	,53	,78
7	3,56	1,34	59,76	82,94	,46	,78
8	3,49	1,27	59,82	90,60	,16	,81
9	4,01	1,06	59,30	89,41	,27	,80
10	3,71	1,24	59,61	83,21	,50	,78
11	3,44	1,16	59,88	85,65	,42	,79
12	3,91	1,22	59,40	84,13	,46	,78
13	3,33	1,29	59,98	88,77	,23	,80
14	3,38	1,23	59,94	87,31	,31	,80
15	4,17	,94	59,14	88,04	,40	,79
16	4,18	1,07	59,13	84,60	,52	,78
17	3,59	1,24	59,72	85,30	,40	,79

ğın her bir maddesi için madde bırakma tekniği ile madde toplam korelasyonları ve Cronbach alfa katsayıları da hesaplanmıştır. Tablo 3'te görüldüğü gibi Cronbach alfa katsayılarının 0,78 ile 0,81 arasında değiştiği saptanmıştır.

Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği için ikinci kez ulaşılabilen toplam 236 kişiden elde edilen veriler analiz edilmiştir. Buna göre, üç hafta (2-4 hafta arasında) arayla elde edilen veriler üzerinden hesaplanan test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise (Pearson r) 0,69, ($p < 0,0001$) olarak bulunmuştur (Tablo 3).

Cinsiyet, yaş ve eğitimin Genel Özyeterlilik puanları üzerindeki etkisinin incelendiği ANOVA'da cinsiyet ($F=0,953$, $p=0,329$) ve yaşın ($F=3,691$, $p=0,055$) temel etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Buna karşılık yüksek eğitimli grubun ($64,9 \pm 10,0$)

ilköğretim ($61,0 \pm 9,6$) ve lise mezunlarına ($61,0 \pm 9,9$) göre daha yüksek özyeterlilik inancına sahip olduğu görülmüştür ($F=12,502$, $p < 0,001$).

TARTIŞMA

Bu çalışmada, Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilen Genel Özyeterlilik Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin özgün formunun güvenilirlik katsayısının (Cronbach alfa) 0,86 olduğu, diğer çalışmalarda ise güvenilirlik katsayısının (Cronbach alfa) 0,68 ile 0,91 arasında değiştiği bildirilmiştir (Sherer ve ark. 1982, Woodruff ve Cashman 1993, Lau-Walker 2004, Eden ve Kinnar 1991, Kim ve Omizo 2005, Sohng ve ark. 2002, DeWitz ve Walsh 2002, Chen ve ark. 2001, Bosscher ve Smit 1998). Chen ve arkadaşlarının (2001) yaptığı çalışmada test-tekrar-test güvenilirlik katsayısı 0,74 bulunmuştur.

Bu çalışmada ölçeğin Türkçe formunun güvenilirliği (Cronbach alfa=0,80), iki yarım güvenilirliği, (0,77), test-tekrar-test güvenilirliği (Pearson $r=0,69$) sözü edilen çalışmalarla benzer düzeyde bulunmuştur.

Ölçeğin faktör yapısının açımlayıcı faktör analizi ve temel bileşenler yöntemi ile incelenmesi sonucunda özdeğeri 1'in üzerinde olan üç faktör belirlenmiş ve bu yapının varyansın % 41,5'ini açıkladığı görülmüştür. Bu, özgün form için bildirilen %26,5'lik varyans yüzdesinin oldukça üstündedir. Özgün formda (Sherer ve ark. 1982) faktör analizi sonucunda tek faktörlü yapı bulunmasına karşın ölçeğin tümünün davranışı başlatma/yılmama, ve tersliklerle karşılaşıldığındaki özyeterlilik olarak iki boyutlu bir yapıda olabileceği önerilmektedir. Ölçek üzerinde yapılan diğer çalışmalarda üç faktörlü yapı üzerinde durulmuştur. Chen ve ark. (2001) İsraili üniversite öğrencileri ve yöneticilerle yaptıkları test-tekrar-test çalışmalarında, varyansın %45-%58'ini açıklayan üç faktörlü yapı belirlemişlerdir. Yine, Woodruff ve Cashman (1993) öğrencilerle yaptıkları çalışmada, üç faktörlü yapı saptamışlardır. Sonuç olarak bu çalışmanın bulguları üç faktörlü yapıyı öneren araştırma bulgularıyla tutarlıdır. Birinci faktör "Başlama", ikinci faktör "Yılmama" ve üçüncü faktör "Sürdürme Çabası-İsrar" başlıkları altında ele alınabilir. Bununla birlikte Sherer ve arkadaşlarının (1982) da önerdiği gibi her bir faktörün birer alt ölçek gibi kabul edilmesi yerine, Genel Özyeterlilik Ölçeğinin 17 maddesinin bir bütün olarak değerlendirilmesinin ve ölçeğin tümünden elde edilen tek bir toplam puan üzer-

inden çalışılmasının uygun olduğuna karar verilmiştir.

Her ne kadar madde-toplam puan korelasyonu analizinde ve iç tutarlılık analizinde sekizinci maddenin performansı olumsuz elde edilmiş olsa da, bu maddenin faktör yükünün 0,641 gibi yüksek bir değerde olması, maddenin üçüncü faktörün (Sürdürme çabası-ısrar) yapısına olan uygunluğu ve anlam bütünlüğü açısından bu faktörü güçlendirmesi nedeniyle sekiz numaralı maddenin ölçekte kalmasının uygun olacağı kanaatine varılmıştır.

Ölçüt-bağıntılı geçerlilik çalışmasında ölçeğin depresyon ve kaygısı düşük ve yüksek olan grupları ayırt edebildiği saptanmıştır. Benzer şekilde bir başka çalışmada ölçeğin BDÖ ve STAI ile korelasyonu (sırasıyla $r=0,52$ ve $r= 0,48$) anlamlı bulunmuştur (Bourland ve ark. 2000).

Çalışmanın güçlü tarafı ölçeğin uygulamasının yapıldığı örneklemin, sosyodemografik özellikleri açısından geniş bir yelpazeyi içermesidir. Ayrıca yapılan çalışmalarda ölçeğin kısa ve anlaşılır cümlelerden oluştuğu, bu nedenle uygulanmasının ve değerlendirilmesinin araştırmacılara kolaylık sağlayacağı düşünülmektedir.

Sosyal, Bilişsel Kuram'ın getirdiği temel kavramlardan biri olan özyeterlilik inancının değerlendirilmesine olanak veren bu ölçek, eğitim, sağlık, toplumsal yaşam gibi insan davranışı ile ilgili her alanda, özellikle psikiyatri ve psikolojide kullanılabilir.

KAYNAKLAR

Allsop S, Saunders B, Phillips M ve ark. (2000) The process of relapse in severely dependent male problem drinkers. *Addiction*, 95(1): 95-106.

Bandura A (1989) Human agency in social cognitive theory. *Am Psychol*, 44(9): 1175-1184.

Bandura A (1994) Self-efficacy. *Encyclopedia of Human Behavior*, cilt 4, VS Ramachaudran (Ed), New York. Academic Press, s. 71-81.

Bandura A (1997) Self-efficacy: the exercise of control. New York Freeman.

Bandura A (2005) The primacy of self-regulation in health promotion. *Int Rev Appl Psychol*, 54(2): 245-254.

Bandura A, Adams NE (1977) Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cog Ther Res*, 1(4): 287-310.

Beck AT, Ward CH, Mendelson M, ve ark. (1961) An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry*, 4:561-571.

Benight CC, Bandura A (2004) Social cognitive theory of posttraumatic recovery: the role of perceived self-efficacy. *Behav Res Ther*, 42: 1129-1148.

Bosscher RJ, Smit JH (1998) Confirmatory factor analysis of the General Self-Efficacy Scale. *Behav Res Ther*, 36: 339-343.

Bourland SL, Stanley MA, Snyder AG ve ark. (2000) Quality of life

in older adults with generalized anxiety disorder. *Aging Ment Health*, 4(4):315-323.

Chen G, Gully SM, Eden D ve ark. (2001) Validation of a New General Self-Efficacy Scale. *Organ Res Methods*, 4(1): 62-83.

Chen G, Gully SM, Eden D ve ark. (2004) General self-efficacy and self-esteem: toward theoretical and empirical distinction between correlated self-evaluations. *J Organiz Behav*, 25: 375-395.

Chen G, Gully SM, Kilcullen RN ve ark. (2000) Examination of relationships among trait-like individual differences, state-like individual differences, and learning performance. *J Appl Psychol*, 85(6): 835-847.

Coopersmith S (1986) Self-esteem inventories. California. Consulting Psychologists Press.

Cutler CG (2005) Self-efficacy and social adjustment of patients with mood disorder. *J Am Psychiatr Nurses Assoc*, 11(5): 283-289.

Dağ İ (1991) Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeğinin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Türk Psikiyatri Derg*, 2(4):269-274.

Dağ İ (2002) Kontrol Odağı Ölçeği (KOÖ): ölçek geliştirme, güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49): 77-90.

DeWitz SJ, Walsh WB (2002) Self-efficacy and college student satisfaction. *J Career Assessment*, 10(3): 315-326.

Eden D, Kinnar J (1991) Modeling Galatea: boosting self-efficacy to

increase volunteering. *J Appl Psychol*, 76(6): 770-780.

French DJ, Holroyd KA, Pinel C ve ark. (2000) Perceived self-efficacy and headache-related disability. *Headache*, 40: 647-656.

Gözüm S, Aksayan S (1999) Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeği'nin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerliliği. *Atatürk Üniversitesi HYO Dergisi*, 2(1): 21-34.

Harrison JK, Chadwick M, Scales M ve ark. (1996) The relationship between cross-cultural adjustment and the personality variables of self-efficacy and self-monitoring. *Int J Intercultural Rel*, 20(2): 167-188.

Hasking PA, Oei TPS (2007) Alcohol expectancies, self-efficacy and coping in an alcohol-dependent sample. *Addic Behav*, 32: 99-113.

Hermann KS, Betz NE (2004) Path models of the relationship of instrumentality and expressiveness to social self-efficacy, shyness, and depressive symptoms. *Sex Roles*, 51(1/2): 55-66.

Hisli N (1988) Beck Depresyon Envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6(22): 118-122.

Hisli N (1989) Almanya'dan geri dönüş yapan ikinci kuşağın psikolojik uyum sorunları. *Seminer Dergisi*, 6: 1-17.

Jeng C, Braun LT (1994) Bandura's self-efficacy theory: a guide for cardiac rehabilitation nursing practice. *J Holist Nurs*, 12(4):425-36.

Kim BSK, Omizo MM (2005) Asian and European American cultural values, collective self-esteem, acculturative stress, cognitive flexibility, and general self efficacy among Asian American College students. *J Couns Psychol*, 52(3): 412-419.

Lau-Walker M (2004) Relationship between illness representation and self-efficacy. *J Adv Nurs*, 48(3): 216-225.

López-Torrecillas F, García J, Cañadas GA ve ark. (2006) Validity of Self-Efficacy Scale scores for a Spanish sample. *Psychol Rep*, 98: 437-450.

Lozano BE, Stephens RS, Roffman RA ve ark. (2006) Abstinence and moderate use goals in the treatment of marijuana dependence. *Addiction*, 101: 1589-1597.

Magaletta PR, Oliver JM (1999) The hope construct, will, and ways: their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *J Clin Psychol*, 55: 539-551.

Mancuso CA, Rincon M, McCulloch CE ve ark. (2001) Self-efficacy, depressive symptoms and patients' expectations predict outcomes in asthma. *Med Care*, 39(2): 1326-1338.

Marlowe N (1998) Self-efficacy moderates the impact of stressful events on headache. *Headache*, 38: 662-667.

Mikkelsen EG, Einarsen S (2002) Relationships between exposure to bullying at work and psychological and psychosomatic health complaints: the role of state negative affectivity and generalized self-efficacy. *Scand J Psychol*, 43: 397-405.

Miller KJ, McCrady BS, Abrams DB ve ark. (1994) Tasking an individualized approach to the assessment of self-efficacy and the prediction of alcoholic relapse. *J Psychopathol Behav Assess*, 16(2): 111-120.

Noone M, Dua J, Markham R ve ark. (1999) Stres, cognitive factors, and coping resources as predictors of relapse in alcoholics. *Addic Behav*, 24(5): 687-693.

Öner N, Le Compte A (1985) Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. İstanbul Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

Özalp Türetgen İ (2005) Kendini ayarlama, öz etkinlik ve dominantlık özellikleriyle birlikte cinsiyet değişkenlerinin lider olarak algılanmadaki etkisini deneysel ve alan çalışmalarında incelenmesi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim dalı, yayımlanmamış doktora tezi.

Pössel P, Baldus C, Horn AB ve ark. (2005) Influence of general self-efficacy on the effects of a school-based universal primary prevention program of depressive symptoms in adolescents: a randomized and controlled follow-up study. *J Child Psychol Psyc*, 46(9): 982-994.

Rapley P, Fruin DJ (1999) Self-efficacy in chronic illness: the juxtaposition of general and regimen-specific efficacy. *Int J Nurs Pract*, 5: 209-215.

Rosenbaum MA (1980) A schedule for assessing self-control behaviors: preliminary findings. *Behav Ther*, 11: 109-121.

Scherbaum CA, Cohen-Charash Y, Kern MJ ve ark. (2006) Measuring General Self-Efficacy: A Comparison of Three Measures Using Item Response Theory. *Educ Psychol Meas*, 66 (6): 1047-1063.

Schwartz R, Fuchs R (1995) Self-efficacy and health behaviours. *Predicting Health Behaviour: Research and Practice with Social Cognition Models*. Conner M, Norman P(Ed), Buckingham Open University Press.

Sherer M, Maddux JE, Mercandante B ve ark. (1982) The Self-Efficacy Scale: construction and validation. *Psychol Rep*, 51: 663-671.

Sherer M, Adams CH (1983) Construct validation of the Self-Efficacy Scale. *Psychol Rep*, 53:899-902.

Sohng KY, Sohng S, Yeom HA ve ark. (2002) Health-promoting behaviors of elderly Korean Immigrants in the United States. *Public Health Nurs*, 19(4): 294-300.

Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene RE ve ark. (1970) *Manual for Stait-Trait Anxiety Inventory*, California. Consulting Psychologist Press.

Stanley MA, Novy DM, Hopko DR ve ark. (2002) Measures of self-efficacy and optimism in older adults with generalized anxiety. *Assessment*, 9(1): 70-81.

Turan N, Tufan B (1987) Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri'nin (SEI) geçerlik-güvenirlik çalışması. İstanbul 23. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi.

Vallis TM, Bucher B (1986) Self-efficacy as a predictor of behavior change: interaction with type of training for pain tolerance. *Cog Ther Res*, 10(1): 79-94.

Woodruff SL, Cashman JF (1993) Task, domain and general efficacy: a reexamination of the Self-Efficacy Scale. *Psychol Rep*, 72: 423-432.