

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması

Turkish Version of the Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale: A validity and reliability study

Gökay Keldal¹

Özet

Bu çalışmada Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin (WEMİÖÖ) Türkçe'ye uyarlanması amaçlanmıştır. Araştırmaya yaş aralığı 16-70 arasında değişen ve iki çalışma grubundan oluşan toplam 371 kişi katılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek için açılımlı (AFA) ve doğrulayıcı (DFA) faktör analizleri yapılmıştır ve ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında benzer konulu ölçeklerle korelasyona bakılmıştır. Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin güvenilirliğini belirlemek için ise iç tutarlılık katsayısı ve bileşik güvenilirlik yöntemleri kullanılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin tek faktörlü yapısının Türk örnekleminde de korunduğu gözlemlenmiştir. Ölçüt bağımlı geçerlik için yapılan analiz sonucunda ölçeğin diğer ölçeklerle arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğinin belirlenmesi için yapılan analizler sonucu, yeterli derecede güvenilir olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Elde edilen tüm bu bulgular, WEMİÖÖ'nün Türkçe formunun tek faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ve mental iyi oluşu değerlendirmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Mental iyi oluş, psikolojik iyi oluş, pozitif psikoloji

Abstract

This study aims to examine the psychometric properties of Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS), having been adapted to Turkish. In total 371 people, whose ages range from 16 to 70 and consisting of two sampling groups participated in the study. Exploratory (EFA) and confirmatory (CFA) factor analyzes were conducted to examine the construct validity of the scale and the correlation of it between similar scales was analyzed within the scope of criterion validity. Internal consistency and composite reliability coefficients were applied to measure the reliability of Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale. As a result of the confirmatory factor analysis, it has been observed that single-factor structure of the scale is maintained in Turkish sample, as well. The results of the analysis of the criterion-related validity of the scale show that there are significant correlations between it and other scales. The scale was found to be sufficiently reliable according to the results of the measures carried out to determine its reliability. All of these findings obtained from this study suggest that the Turkish version of WEMWBS has a single-factor structure and it is a valid and reliable instrument that can be used to assess mental well-being.

Keywords: Mental well-being, psychological well-being, positive psychology

Giriş

Pozitif psikoloji, en genel anlamda “İyi yaşam nedir?” ve “Ruh sağlığı yerinde insan kimdir?” sorularına cevap arayan bir yaklaşımdır. Bu anlamda da, psikolojik olarak sağlıklı bireyin özelliklerinin ne olması gerektiği ile ilgili çeşitli tezler ileri sürülmüştür. Dünya Sağlık Örgütü

¹ Niğde Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD.
E-mail: gokaykeldal@yandex.com

(2004), mental iyi oluşu, “bireyin kendi yeteneklerinin farkında olması, yaşamında oluşan stresin üstesinden gelebilmesi, iş yaşamında üretken ve faydalı olabilmesi ve yetenekleri doğrultusunda toplumuna katkı yapması” olarak tanımlamıştır. Tanımdan yola çıkarak, ruh sağlığı yerinde insanın, herhangi bir psikolojik rahatsızlığının olmamasının yeterli olmadığı, bunun ötesinde işlevsel olabilmesinin vurgulandığı görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü’nün bu tanımına paralel olarak, pozitif psikoloji alanında çalışan bilim insanları, psikolojik iyi oluş (mental iyi oluş) kavramını ortaya atmışlardır.

Psikolojik iyi oluş, hedonik ve eudaimonik iyi oluş olmak üzere iki şekilde ele alınmaktadır. Hedonik yaklaşım, öznel iyi oluş olarak da adlandırılmakta ve bireyin olumlu duyguları sık, olumsuz duyguları daha az yaşaması ve yaşamdan yüksek doyum alması olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1984). Eudaimonik yaklaşım ise, bireyin kendisini kabul etmesi, diğer insanlarla etkili iletişim kurması, özerk olması, yaşamda anlam ve amaç bulması, çevresel olanaklarını kullanarak kişisel gelişimini sağlaması esasına dayalıdır (Ryan ve Deci, 2001).

Araştırmalar mental iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin, psikolojik ve fiziksel sağlıklarının daha iyi ve yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Keyes, 2002; Keyes, Dhingra ve Simoes, 2010). Ayrıca, mental iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin yaratıcılıklarının ve bağışıklık sistemlerinin daha yüksek olduğu, diğer insanlarla daha iyi ilişkiler kurdukları, iş yerinde daha verimli oldukları ve daha uzun yaşadıkları saptanmıştır (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005). Söz konusu bu araştırma sonuçları, mental iyi oluşun, bireysel, çevresel ve toplumsal düzeyde önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Mental ya da psikolojik iyi oluşun ölçülmesi ile ilgili olarak literatür incelendiğinde pek çok ölçek olduğu görülecektir. Söz konusu Ryff’in Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Ryff ve Keyes, 1995), Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985), Öznel Mutluluk Ölçeği (Lyubomirsky ve Lepper, 1999; Doğan ve Totan, 2013), Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği (Watson, Clark ve Tellegen, 1988) gibi ölçekler mental iyi oluşun ya hedonik ya da eudaimonik boyutunu ölçmektedirler. Bu yönüyle kavramın bütününe ölçebilecek, hedonik ve eudaimonik boyutların ikisini de içeren bir ölçeğe ihtiyaç duyulmuştur. Tennant ve arkadaşları (2007) Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği’ni (WEMİÖÖ) geliştirmişlerdir. WEMİÖÖ, mental iyi oluşu ölçmek üzere dizayn edilmiş 14 maddelik, öz-bildirim tarzı bir ölçektir. Ölçek, mental iyi oluşun, hedonik ve eudaimonik boyutlarını içeren pozitif maddelerden oluşmaktadır: iyimserlik, faydalı hissetme, gevşeme, diğer insanlara ilgi, enerjik ve canlı olma, problemlerle başa çıkma, açık-net düşünme, iyi hissetme, diğer insanlara yakın hissetme, özgüven, karar alabilme, sevgi, yeni şeylere ilgi ve neşeli olma. Bu özellikleri itibarıyla, WEMİÖÖ’nün mevcut ölçeklerden farklılaştığı ve pozitif psikoloji araştırmalarında kullanılabilmesi düşünülmektedir.

Konu, Türkiye açısından ele alındığında ise, ülkemizde pozitif psikolojiye olan ilginin, dünya ile paralel olarak, her geçen gün arttığı gözlenmektedir. Bundan dolayı, mental iyi oluşu ölçen bu ölçeğin pozitif psikoloji araştırmalarına bir ivme kazandıracağı düşünülmektedir. Bu itibarla, bu çalışmada Tennant ve arkadaşları (2007), tarafından geliştirilen Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği’nin Türkçe’ye uyarlanması amaçlanmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın katılımcıları iki gruptan oluşmaktadır. Güvenilirlik kestirimleri, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi için verilerin toplandığı ilk grup 220 (119 kadın, 101 erkek) kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 16 ile 70 arasında değişmektedir. Katılımcıların 23’ ü (% 10) ilkökul, 26’sı (% 12) ortaokul, 24’ü (% 11) lise, 101’i (% 46) üniversite ve 46’sı (% 21) lisansüstü eğitim düzeyine sahiplerdir. Çalışma grubunda yer alan bireylerin 142’si (% 64) bekar, 65’i (% 29) evli ve 13’ü (% 7) boşanmışlardır. Ölçüt bağımlı geçerlik için verilerin toplandığı

ikinci grup ise 151 (80 kadın, 71 erkek) kişiden oluşmaktadır. Bu kişilerin yaş aralığı ise 18 ile 58 arasında değişim göstermektedir. Katılımcıların 101'i (% 67) üniversite ve lisansüstü, 32'si (% 21) lise mezunu 18'i (% 12) ortaokul ve ilkokul mezunudur. Bu kişilerden 87'si (% 58) çalışmakta, 55'i (% 36) işsiz ve 9'u (% 6) öğrencidir.

İşlem

WEMİÖÖ' nün Türkçe'ye uyarlanması için öncelikle Sarah Stewart-Brown ile e-mail yoluyla iletişime geçilmiş ve gerekli izin alınmıştır. Ölçeğin dilsel eş değerliliğini sağlamak için çeviri tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin dil eş değerliliği sağlandıktan sonra ölçeğin uygulanmasına geçilmiştir. Birinci gruptan veriler internet üzerinden sosyal ağlar kullanılarak toplanılmıştır. Bu sayede hem ölçeğin daha geniş kitlelere ulaştırılması istenmiş hem de zamandan tasarruf etmek amaçlanmıştır. İkinci çalışma grubundan veriler ise kağıt-kalem testi şeklinde gerçekleştirilmiştir. Herhangi bir zaman sınırlandırması yapılmamış, gönüllülük esas alınmış ve katılımcılara ölçek hakkında bilgiler verilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini ortaya koymak üzere açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ayrıca ölçüt bağıntılı geçerliliği için "Öznel İyi Oluş Ölçeği", "Depresyon-Mutluluk Ölçeği Kısa Formu", "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu", "Yaşam Doyum Ölçeği", "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" ve "Kişisel İyi Oluş İndeksi" ile korelasyonlarına bakılmıştır. Verilerin analizi, SPSS 18 ve Lisrel 8.7. paket programları aracılığı ile gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği (WEMİÖÖ): Tennant ve ark., (2007) tarafından İngiltere'de yaşayan bireylerin mental iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. WEMİÖÖ 14 maddeden oluşmaktadır ve psikolojik iyi oluş ile öznel iyi oluşu kapsayarak bireylerin pozitif mental sağlıklarıyla ilgilenmektedir. Ölçek 5'li likert tipindedir ve ölçekten en az 14 en fazla 70 puan alınmaktadır. Ölçeğin puanlanması (1= hiç katılmıyorum, 2= katılmıyorum, 3= biraz katılıyorum, 4=katılıyorum, 5= tamamen katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin bütün maddeleri pozitifdir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarına 16 ve üzeri yaştaki bireyler ile gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği 9 farklı ölçekle sınanmıştır. Kişisel İyi Oluş İndeksi ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .77, p < 0.01$), Depresyon-Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .76, p < 0.01$), Negatif ve Pozitif Duygular ölçeğinin negatif duygular boyutu ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = -.55, p < 0.01$), pozitif duygular boyutuyla ise ($r = .73, p < 0.01$), Yaşam Doyum Ölçeği ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .72, p < 0.01$), Global Yaşam Doyum Ölçeği ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .55, p < 0.01$), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .73, p < 0.01$), Duygusal Zeka Ölçeği ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .77, p < 0.01$), EQ-5D Thermometer ile Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği arasında ($r = .42, p < 0.01$) ilişki bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği 348 kişiden elde edilen veriler hesaplanmış ve ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .89 bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği ise 124 kişi üzerinden yapılmıştır. Bir haftalık zaman aralığıyla yapılan bu testler sonucunda ki korelasyon katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİYÖ): Diener ve ark., (2010), tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçeği mevcut iyi oluş ölçümlerini tamamlayıcı, sosyo-psikolojik iyi oluşu ölçmek amacıyla oluşturulmuştur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Telef (2013) tarafından yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın % 42 olduğu saptanmıştır. Maddelerin faktör yük değerleri .54 ile .76 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin tamamı 8 olumlu maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8 en yüksek puan 56'dır.

Ölçekten alınan yüksek puanlar kişinin birçok psikolojik güç ve kaynağa sahip olduğunu gösterir. Bu araştırma için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel İyi Oluş İndeksi Yetişkin Formu (KİÖİ-YF): International Wellbeing Group (2006) tarafından geliştirilen kişisel iyi oluş indeksi; öznel iyi oluşu, kavramın yapısına uygun olarak, bireylerin yaşamında yer alan sekiz alan ilgili memnuniyet düzeylerini ölçmeyi hedefleyen 11'li Likert tipi (0-10) bir ölçme aracıdır. International Wellbeing Group (2006) tarafından bu sekiz alan; yaşam kalitesi, bireysel sağlık, hayatta başarı, ikili ilişkiler, kişisel güvenlik, toplumsal aidiyet, geleceğe güvenli bakma ve maneviyat olarak sıralanır. Türkçe'ye Meral (2014) tarafından uyarlanan KİÖİ-YF tamamı olumlu 8 maddeden oluşmakta ve ölçeğin puanlamasında en fazla 80 puan alınmaktadır. Ölçeğin bu araştırma için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır.

Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu (OMÖ-KF): OMÖ-KF, Hills ve Argyle (2002), tarafından mutluluk düzeyini değerlendirebilmek amacıyla geliştirilmiş 8 maddelik 6'lı Likert tipinde bir ölçektir. Türkçe uyarlamasının Doğan ve Çötök (2011) tarafından yapıldığı çalışmada, madde toplam korelasyonu düşük olan 4'üncü madde ölçek dışında tutulmuş ve ölçeğin Türkçe formu 7 maddeden oluşmuştur. Ölçeğin Türkçe formunda cevap seçenekleri 5'li Likert (1: Hiç Katılmıyorum - 5: Tamamen Katılıyorum) olacak şekilde düzenlenmiştir. Birinci ve yedinci maddeleri olumsuz olan ölçekten alınabilecek en düşük puan 7, en yüksek puan 35'tir. Ölçekten alınan ortalama puana göre bireyin mutluluk düzeyi hesaplanabilmektedir. Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .68 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ): Yaşam Doyumu Ölçeği Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe'ye uyarlaması Köker (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, yaşam doyumunu ölçmeye ilişkin beş maddeden oluşmaktadır. Ölçek 7'li Likert tipindedir ve cevaplama sistemine (1 = hiç uygun değil, 7 = çok uygun) göre cevaplanmaktadır. Genel yaşam doyumunu ölçmeyi amaçlayan ölçek, ergenlerden yetişkinlere kadar tüm yaş gruplarına uygulanabilir. Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

Öznel Mutluluk Ölçeği (ÖMÖ): Lyubomirsky ve Lepper (1999) tarafından geliştirilen ölçek 7'li Likert tipi olup 4 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddelerinden biri olumsuz madde olup diğer üçü olumlu maddedir. Türkçe'ye uyarlaması Doğan ve Totan (2013) tarafından yapılmıştır. Araştırmanın geçerlilik ve güvenilirlikleri iki farklı örneklem grubu üzerinden yapılmıştır. Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .70 olarak hesaplanmıştır.

Depresyon-Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (DMÖ-KF): Joseph, Linley, Harwood, Lewis ve McCollam (2004) tarafından geliştirilen bu ölçeğin orijinal formu 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin kısa formu 3 olumlu 3 olumsuz olmak üzere 6 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Sapmaz ve Temizel (2013) tarafından yapılmıştır. Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .67 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular

Geçerlik

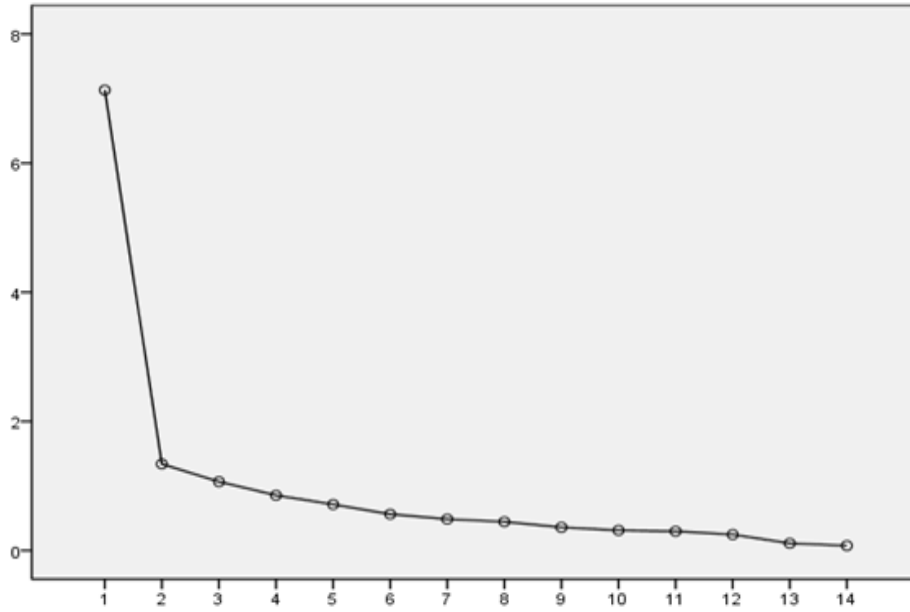
Dil Geçerliği

Ölçeğin dilsel eş değerliliği çeviri tekrar çeviri yöntemi ile sağlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesi üç alan uzman ve araştırmacı olmak üzere birbirinden bağımsız dört kişi tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çeviriler karşılaştırılmış ve her madde için, o maddeyi en iyi temsil ettiği düşünülen ifadeler seçilmiştir. PDR alan uzmanı 2 kişi tarafından seçilen bu maddeler incelenmiş ve gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye çevrilmesi ve uzmanların incelemesi sonucunda tek bir form oluşturulmuştur. Oluşturulan form birbirinden bağımsız üç alan uzmanı tarafından tekrar İngilizceye çevrilmiş, tek bir form elde edilmiş ve bu form ölçeğin orijinal formu

ile kıyaslanmıştır. Kıyaslanan bu formun ölçeğin orijinal formu ile tutarlılık gösterdiği görülmüştür. Son olarak ölçek maddelerinin anlaşılır olup olmadığını ölçmek amacıyla 25 kişiye ön uygulama yapılmış ve deneklerden dönen geribildirimler sonrasında ölçeğe son hali verilmiştir.

Yapı Geçerliği

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA): Ölçeğin elde edilen verilerden nasıl bir faktör yapısı çıkacağını belirlemek için açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi çalışmalarında bazı varsayımsal ölçütlerin aranması gerekmektedir. Verilerin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett küresellik testi ile incelenmiştir. Verilerin faktör analizine uygunluğu için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) .60'dan yüksek ve Barlett Testi'nin hesaplanan ki-kare değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2014). (KMO) Örneklem Uygunluk katsayısı .85 ve Barlett Küresellik Testi χ^2 değeri ise 2110,179 (df = 91, p = .000) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar verilerin faktör analizi için uygun olduğunu ve puanların normallik gösterdiğini sağlamaktadır. Yapılan analiz sonucunda toplan varyansın % 51'nin açıklandığı ve ölçeğin özgün formunda olduğu gibi tek boyutlu olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Şekil 1'de, WEMİÖÖ'nün özdeğerlerine göre çizgi grafiği verilmiştir.



Şekil-1. WEMİÖÖ'ye ilişkin çizgi grafiği

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA): WEMİÖÖ'nün açımlayıcı faktör analizi ile ortaya konulan tek faktörlü yapısının sınanması için doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Byrne (1998), doğrulayıcı faktör analizinin daha önceden keşfedilmiş ve daha az faktör yapısı altında toplanmış ölçeklerin, araştırmanın yapıldığı örnekleme de benzer olup olmadığını sınamak üzere yapılmakta olduğunu belirtmiştir.

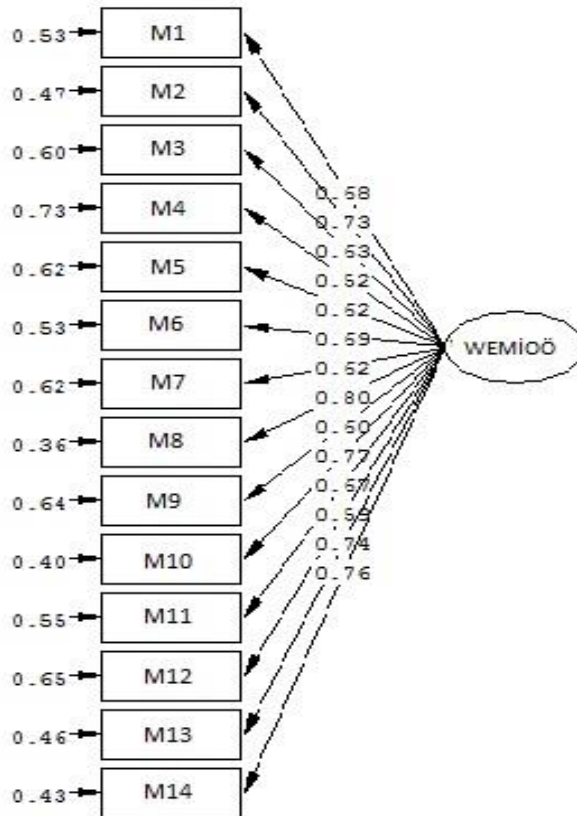
Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, sınanmaya çalışan modelin, o model için toplanan verilerin uygunluğuna dair değerlendirme ölçütleri diğer bir ifadeyle uyum indeksleri vardır. Bu uyum indeksleri arasında en sık kullanılanlar Ki-Kare Uyum Testi, İyilik Uyum İndeksi (GFI), Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI), Ortalama Hataların Karekökü (RMR veya RMS) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü'dür (RMSEA) (Hoyle, 1995; Raykov ve Marcoulides, 2000; Sümer, 2000).

Bu araştırmada modelin uyumuna ilk olarak, ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranıyla sınanmıştır daha sonra CFI, IFI, RFI, NFI ve NNFI değerlerine bakılmıştır. CFI, IFI, RFI, NFI ve NNFI için değerlerin 0.95'ten buyk olması iyi uyum, 0.90-0.94 arası değerler ise kabul edilebilir uyum düzeyi olarak ifade edilmektedir. RMR değerinin .05'ten küçük olması iyi uyum, .06-.08 arasında olması ise kabul edilebilir uyum olarak belirtilmektedir (Byrne ve Campbell, 1999; Hu ve Bentler, 1999; Loehlin, 2004; Ullman, 2013). Bu ltler baz alındığında elde edilen uyum iyiliği indeksi bulgularına göre ölçeğin tek faktörlü yapısının Türk rnekleminde elde edilen verilerde doğrulandığı söylenebilir. Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin elde edilen uyum iyiliği indekslerinin bulguları Tablo-1' de, parametre tahminler ise Şekil-2 'de, sunulmuştur.

Tablo-1. DFA'ya ilişkin uyum iyiliği indeksleri sonuçları

	X ²	sd	X ² /sd	NFI	RFI	IFI	CFI	NNFI	RMR
Tek Faktörlü Model	271.55	73	3.71	.94	.93	.96	.96	.95	.054

N=220



Şekil -2. WEMIOÖ'ye ilişkin path diagramı ve parametre tahminleri

Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında 151 kişiden oluşan ikinci örneklem grubuna WEMİÖÖ ile birlikte Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu (OMÖ-KF), Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ), İyi Oluş İndeksi Yetişkin Formu (KİÖİ-YF), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİYÖ), Depresyon-Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (DMÖ-KF) ve Öznel Mutluluk Ölçeği (ÖMÖ) uygulanmıştır. Ölçekler arasında elde edilen korelasyon değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo-2. *WEMİÖÖ’nün benzer ölçeklerle korelasyonu*

	1	2	3	4	5	6	7
1- WEMİÖÖ	1						
2- PİYÖ	.69**	1					
3- KİÖİ-YF	.62**	.68**	1				
4- OMÖ-KF	.57**	.52**	.61**	1			
5- YDÖ	.56**	.64**	.63**	.58**	1		
6- ÖMÖ	.50**	.50**	.50**	.53**	.45**	1	
7- DMÖ-KF	.42**	.44**	.53**	.54**	.51**	.34**	1

** p<.01. N = 151

WEMİÖÖ ile OMÖ-KF arasında ($r = .57, p <.01$), WEMİÖÖ ile YDÖ arasında ($r = .56, p <.01$), WEMİÖÖ ile KİÖİ-YF arasında ($r = .62, p <.01$), WEMİÖÖ ile PİYÖ arasında ($r = .69, p <.01$), WEMİÖÖ ile DMÖ-KF arasında ($r = .42, p <.01$) ve WEMİÖÖ ile ÖMÖ arasında ($r = .50, p <.01$) pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçlar WEMİÖÖ’nün geçerliğine kanıt olarak gösterilebilir.

Madde Analizi ve Güvenirlik

Ölçek maddelerinin ölçeği temsil gücünü belirlemek için madde analizi yapılmıştır. Madde analizi sonucunda ölçek maddelerin faktör yük değerleri .55 ile .82 arasında değişmektedir. Büyüköztürk (2014), madde-toplam korelasyonunun .30 ve üzerindeki maddelerin bireyleri iyi derecede ayırt ettiğini belirtmiştir. Madde analizine ilişkin bu sonuçlar ölçek maddelerinin ölçeği temsil güçlerinin yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirlilik katsayısını bulmak için iç tutarlılık güvenirliliği ve bileşik güvenirlilik yöntemleri kullanılmıştır. Bu sonuca göre ölçeğin Cronbach's Alfa iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı 0.92 olarak bulunmuştur. Bileşik güvenirlilik için .92 bulgusuna ulaşılmıştır. Bileşik güvenirlilik doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yükleri ve hata oranlarıyla hesaplanmaktadır. Bileşik güvenirliliğin kabul edilebilir değeri .70 olarak belirtilmiştir (Hair, Anderson, Tatham ve Black, 1998). Güvenirliliğe ilişkin bu sonuçlara dayanarak ölçeğin yeterli düzeyde güvenilir olduğu söylenebilir.

Ölçeğin Puanlanması

Ölçek 14 olumlu maddeden oluşmaktadır ve 5’li Likert tipinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekten en düşük 14 puan alınabilmekte, en yüksek ise, 70 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek mental (psikolojik) iyi oluşa işaret etmektedir.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmanın amacı Tennant ve arkadaşları (2007), tarafından geliştirilen Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS)' in Türkçeye uyarlanmasıdır. Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek üzere açımlayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini ortaya koymak üzere ise Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu (OMÖ-KF), Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ), Kişisel İyi Oluş İndeksi Yetişkin Formu (KİÖİ-YF), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİYÖ), Depresyon-Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (DMÖ-KF) ve Öznel Mutluluk Ölçeği (ÖMÖ) ile korelasyonlarına bakılmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini ölçmek için ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısına ve bileşik güvenilirliğe bakılmıştır.

Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin toplam varyansın büyük bir bölümünü açıkladığı görülmüştür. Yapılan madde analizinde de ölçeğin madde faktör yüklerinin yeterli derecede olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin özgün formunun tek faktörlü yapısının Türkçe çeviri için toplanan veriye uygunluğunu incelemek için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum iyiliği indeksleri incelenmiş ve minimum ki-kare değerinin kabul edilebilir bir değer olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise mükemmel ve kabul edilebilir ölçülerde bulunmuştur. WEMİÖÖ' nün ölçüt bağıntılı geçerliliğini ortaya koymak için benzer ölçeklerle korelasyon değerlerine bakılmış ve pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Genel bir ifadeyle bu sonuçlar ölçeğin geçerliğini ortaya koymaktadır. WEMİÖÖ'nün güvenilirliği için iç tutarlılık güvenilirlik katsayısına ve bileşik güvenilirliğine bakılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda kestirilen güvenilirlik katsayılarının yüksek olmasından dolayı ölçeğin güvenilir bir ölçek olduğu ve asıl ölçekle bulguları bakımından benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Ölçeğin geliştirildiği İngiltere'de ve uyarlanmasının yapıldığı Türkiye'de araştırmanın örneklem grubu genel nüfus tarafından oluşurken, İspanya da bu çalışma öğrenciler ve genel halk olmak üzere iki gruptan oluşmaktadır. Ölçeğin orijinal formu ile ölçeğin Türkiye, İspanya ve Kuzey İrlanda örneklemine uyarlanmasıyla karşılaştırıldığında geçerlik ve güvenilirlik (Kuzey İrlanda için Cronbach Alfa =.93, Türkiye için Cronbach Alfa =.92, İspanya için Cronbach Alfa =.90, İngiltere için Cronbach Alfa =.89) açısından birbirlerine benzer bulgulara ulaşıldığı görülmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması tek boyutlu çıkarken İspanya'da öğrencilerle yapılan uyarlama çalışması iki boyutlu çıkmıştır. Ölçeğin kültürler arası geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında da Pakistan örneklemini ile yapılan çalışmada tek boyutlu çıkmamıştır. Elde edilen tüm bu sonuçlar asıl ölçek ile genel olarak benzerlik göstermektedir (Lloyd ve Devine, 2012; López ve ark., 2013; Stewart-Brown ve ark., 2009; Taggart ve ark., 2013).

Ölçüt bağıntılı geçerlikte kullanılan ölçme araçlarından psikolojik iyi oluş ve kişisel iyi oluş indeksi ile mental iyi oluş ölçeklerinin madde ve kapsam bakımından benzer olmasının ölçekler arasındaki korelasyonun yüksek çıkmasına neden olduğu düşünülmektedir.

WEÖİÖÖ' nün Türkçe'ye uyarlanması için yapılan bu araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. Öncelikle verilerin internet üzerinden toplanması nedeniyle araştırmaya katılanların daha çok genç bireyler olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca araştırmaya katılan kişilerin eğitim düzeylerinin üniversite ve lisansüstü olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum ölçeğin Türkiye'de yaşayan farklı yaş ve eğitim gruplarından oluşan örneklemdeki bireyleri temsil etme adına bir sınırlılık oluşturmaktadır. Bu durum internet üzerinden toplanan ölçek tipindeki verilere daha çok genç ve eğitim seviyesi yüksek kişilerin tercih ettiğinin bir göstergesi olduğu düşünülmektedir. Bu durum ileriki araştırmalarda örneklem daha geniş tutularak ve yaş seviyesinin dengesi kurularak giderilebilir. Bir diğer sınırlılık ise ölçeğin güvenilirliğinde sadece iç tutarlılık ve bileşik güvenilirliğine bakılmıştır. İleri ki araştırmalarda test tekrar test tekniğiyle güvenilirlik tekrar gözden geçirilebilir.

Sonuç olarak Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılan WEMİÖÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda elde edilen bulgular ölçeğin bireylerin mental iyi oluş düzeylerini ölçmede

geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymuştur. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan bu ölçek pozitif psikoloji alanındaki bu konuyla ilgili önemli bir eksikliği gidereceği ve bireylerin mental iyi oluş düzeylerini etkileyecek nedenlerin daha kolay değerlendirilmesini sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni ve SPSS uygulamaları* (Genişletilmiş 19.Baskı). Ankara: Pegem.
- Byrne, B. M. (1998). *Structural equation modeling with LISREL, PRELIS and SIMPLIS: Basic, concept, applications and programming*. New Jersey: Lawrence.
- Byrne, M. B., & Campbell, T. L. (1999). Cross-cultural comparisons and the presumption of equivalent measurement and theoretical structure: A look beneath the surface. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 30*, 555-574.
- Diener, E. D. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 97*(2), 143-156.
- Doğan, T. ve Çötök, A. N. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*, 165-172.
- Doğan, T., & Totan, T. (2013). Psychometric properties of Turkish version of the subjective happiness scale. *The Journal of Happiness and Well-Being, 1*(1), 23-31.
- Hair, J. F., Anderson, E. R., Tatham, L. R., & Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 33*, 1073-1082.
- Hoyle, R. H. (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications*. California: Sage.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods, 3*, 424-453.
- International Wellbeing Group. (2006). *Personal well-being index-adult*. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University.
- Joseph, S., Linley, P. A., Harwood, J., Lewis, C. A., & McCollam, P. (2004). Rapid assessment of well-being: The short depression-happiness scale. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 77*, 463-478.
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*, 207-222.

- Keyes, C. L., Dhingra, S. S., & Simoes, E. J. (2010). Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental illness. *American Journal of Public Health, 100*, 2366–2371.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lloyd, K., & Devine, P. (2012). Psychometric Properties of the Warwick–Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS) in Northern Ireland. *Journal of Mental Health, 21*(3), 257-263.
- Loehlin, C. J. (2004). *Latent variable models an introduction to factor, path and structural equation analysis* (4th ed.). New Jersey: Lawrence.
- Lopez, M. A., Gabilondo, A., Codony, M., García-Forero, C., Vilagut, G., Castellví, P., & Alonso, J. (2013). Adaptation into Spanish of the Warwick–Edinburgh mental well-being Scale (WEMWBS) and preliminary validation in a student sample. *Quality of Life Research, 22*(5), 1099-1104.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin, 131*, 803-855.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research, 46*, 137–155.
- Meral, B. F. (2014). Kişisel iyi oluş indeksi-yetişkin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *The Journal of Happiness and Well-Being, 2*(2), 119-131.
- Raykov, T., & Marcoulides, G. A. (2000). A method for comparing completely standardized solutions in multiple groups. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 7*(2), 292-308.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potential: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*, 141–166.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 719–727.
- Sapmaz, F., & Temizel, S. (2013). Turkish version of the short depression-happiness scale (SDHS): A validity and reliability study. *The Journal of Happiness and Well-Being, 1*(1), 32-38.
- Stewart-Brown, S., Tennant, A., Tennant, R., Platt, S., Parkinson, J., & Weich, S. (2009). Internal construct validity of the Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): A rasch analysis using data from the Scottish health education population survey. *Health and Quality of Life Outcomes, 7*, 8-15.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları, 3*(6), 49-74.
- Taggart, F., Friede, T., Weich, S., Clarke, A., Johnson, M., & Stewart-Brown, S. (2013). Cross cultural evaluation of the Warwick -Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS)—A mixed methods study. *Health and Quality of Life Outcomes, 11*(27), 1-12.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği (PİOO): Türkçe’ye uyarlama: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi, 28*(3), 374-384.

- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63. doi:10.1186/1477-7525-5-63
- Ullman, J. B. (2013). Structural equation modeling. In B. G. Tabachnick and L. S. Fidell (Eds.), *Using Multivariate Statistics* (6th ed.) (pp.681-785). Boston: Pearson.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070.
- World Health Organisation. (2004). *Promoting Mental Health; Concepts Emerging Evidence and Practice* (Summary report). Geneva.

Extended Summary

Turkish Version of the Warwick-Edinburgh Mental Well-being

Scale (WEMWBS): Validity and reliability study

Gökay Keldal

Introduction

Positive psychology is an approach that seek the answers of the questions "What is good life?" and "Who is mentally healthy person?" In this sense, various theses have been suggested about what the characteristics of a psychologically healthy person should be. World Health Organization (2004) defines the mental wellbeing as " a state of well-being in which every individual realizes his or her own potential, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to her or his community".

Previous research has revealed that individuals with high level of mental well-being have also better psychological and physical health and higher quality of life (Keyes, 2002; Keyes, Dhingra and Simoes, 2010). In addition, it has been found that individuals with high level of mental well-being have greater creativity and a stronger immune system, and they build better relationships with others, are more productive at the workplace and live longer (Lyubomirsky, King and Diener, 2005). The results of that research show that mental well-being is an important factor at the individual, environmental and social level.

When the literature about the measure of mental or psychological well-being is examined, many scales have been developed. Scales such as Ryff's Psychological Well-being Scale (Ryff and Keyes, 1995), Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen and Griffin, 1985), Subjective Happiness Scale (Lyubomirsky and Lepper, 1999; Doğan and Totan, 2013), Positive and Negative Affect Scale (Watson, Clark and Tellegen, 1988) measure either hedonic or eudaimonic dimension of mental well-being. In this aspect, a need has arisen to develop a scale that can measure the whole concept and involves both hedonic and eudaimonic dimensions. Tennant et al. (2007) developed the Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale. WEMWBS is a 14-item, self-report scale designed to measure mental well-being. The scale is composed of

positive items involving the hedonic and eudaimonic dimensions of mental well-being: feeling optimistic, feeling useful, feeling relaxed, feeling interested in other people, having energy to spare, dealing with problems well, thinking clearly, feeling good about oneself, feeling close to other people, feeling confident, being able to make up mind, feeling loved, feeling interested in new things, and feeling cheerful. It is thought in terms of these characteristics that WEMWBS differ from current scales and can be used in positive psychology research activities.

There has been an increasing interest in positive psychology in Turkey in parallel with the international developments. Therefore, it is thought that the adaptation of the Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale developed by Tennant et al. (2007) into Turkish will positively contribute to the research in this field. Accordingly, it was aimed to adapt WEMWBS into Turkish and investigate its psychometric features.

Method

Firstly, necessary permissions were obtained from Sarah Stewart-Brown for the adaptation of WEMWBS into Turkish. Next, the scale was translated into Turkish by three experts and researchers. These translations were compared, and the expressions that represent each item best were selected. The items were examined by 2 experts from the Department of Psychological Counselling and Guidance and the necessary corrections were made. Then the final form of the scale was translated into Turkish and was sent to 3 English experts in this field. The responses were compared with the Turkish version of the scale and the degree of consistency was analyzed. Finally, in order to assess whether or not the scale items were simple and clear, a pilot study was carried out with 25 university students after which the form of the scale was finalized in line with the feedback obtained from the students. Exploratory factor analysis-EFA - and confirmatory factor analysis-DFA - were done in order to reveal the construct validity of the scale. In addition the correlations between the 'Subjective Well-Being Scale' the 'Depression-Happiness Scale Short Form', the 'Oxford Happiness Questionnaire Short Form', the 'Life Satisfaction Scale', the 'Psychological Well-Being Scale' and the 'Personal Well-Being Index' were examined for the criterion validity. Data analysis was carried out using SPSS 18 and Lisrel 8.7 packaged software programs.

Results

As a result of the exploratory factor analysis performed to determine the structure validity of the scale, a one-factor structure that explains 51% of total variance was obtained. A confirmatory factor analysis was conducted to determine whether the one-factor structure in the original form would be confirmed in the sample composed of Turkish participants. Goodness of fit indexes obtained from the analysis revealed that the one-factor structure of the scale is maintained ($\chi^2/df = 3.71$, NFI = .94, RFI = .93, IFI = .96, CFI = .96, NNFI = .95, RMR = .054).

Within the scope of criterion related validity, a positively significant relationship was found between WEMWBS and OHS-S ($r = .57$, $p < .01$), WEMWBS and SWLS ($r = .56$, $p < .01$), WEMWBS and PWI-A ($r = .62$, $p < .01$), WEMWBS and PWS ($r = .69$, $p < .01$), WEMWBS and SDHS ($r = .42$, $p < .01$) and WEMWBS and SHS ($r = .50$, $p < .01$).

The internal consistency reliability and combined reliability methods were used to find scale's reliability coefficient. Accordingly, the internal consistency coefficient and combined reliability coefficient of the scale were found to be .0.92.

Conclusion

As a result, the findings obtained from the validity and reliability studies with regard to WEMWBS when adapted into Turkish version showed that the scale is valid and reliable enough to measure the mental wellbeing levels of individuals. It is thought that this scale will satisfy an important need with regard to this area of psychology, and provide a chance to the experts in order to measure the factors affecting the mental wellbeing levels of individuals.

Ek 1. Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği

	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. Gelecekle ilgili iyimserim.	1	2	3	4	5
2. Kendimi işe yarar (faydalı) hissediyorum.	1	2	3	4	5
3. Kendimi rahatlamış hissediyorum.	1	2	3	4	5
4. Diğer insanlara karşı ilgiliyim.	1	2	3	4	5
5. Farklı işlere zaman ayırabilecek enerjim var.	1	2	3	4	5
6. Sorunlarla iyi bir şekilde başa çıkabilirim.	1	2	3	4	5
7. Açık ve net bir biçimde düşünebiliyorum.	1	2	3	4	5
8. Kendimden memnunum.	1	2	3	4	5
9. Kendimi diğer insanlara yakın hissediyorum.	1	2	3	4	5
10. Kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5
11. Kendi kararlarımı kendim verebiliyorum.	1	2	3	4	5
12. Sevdiğimi hissediyorum.	1	2	3	4	5
13. Yeni şeylere karşı ilgiliyim.	1	2	3	4	5
14. Neşeli hissediyorum.	1	2	3	4	5