#### Huzur Ölçeği

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Aşağıdaki ifadelerin her birinin size ne derece uyduğunu, yanındaki kutucuklarda yer alan “1= Bana Hiç Uygun Değil” ile “5= Bana Tamamen Uygun” arasındaki rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.  *(1) Bana Hiç Uygun Değil (2) Bana Uygun Değil (3) Bana Biraz Uygun (4) Bana Oldukça Uygun (5) Bana Tamamen Uygun* | | | | | | |
| 1 | Genellikle kendimi huzurlu hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Kendimi güvende hissettiğim bir yaşamım var. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Hayatım bütün yönleriyle uyum içindedir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Yaşadığım sorunlara rağmen hayatımdaki dengeyi koruyabilirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Çoğu zaman kendimi gergin hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Yaşamımda bir karmaşa ve belirsizlik hali vardır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Genellikle kendimi vicdanen rahat hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Kendimle barışık bir insanım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Kaynakça:**

Demirci, İ. & Ekşi. H. (2018). Keep calm and be happy: A mixed method study from character strengths to well-being. *Educational Sciences: Theory & Practice 18(29)* 303–354.http://dx.doi.org/10.12738/estp.2018.2.0799

Demirci, İ. (2017). *Huzurlu ve mutlu yaşamın değerler ve karakter güçleri bağlamında karma bir araştırmayla incelenmesi* (Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul).

**Puanlama Yönergesi**

**Alt boyut ve madde sayısı:** Tek boyut ve 8 madde

**Ölçeğin bulunan ters maddeler:** Ölçekte 5. ve 6. madde ters kodlanmaktadır (1=5, 5=1, 2=4, 4=2)

**İletişim adresi:** [ibrahimdemircipdr@gmail.com](mailto:ibrahimdemircipdr@gmail.com)

**\*Ölçeğin kullanılması için izin alınmasına gerek yoktur.**

**\*\*Ölçeğin kullanıldığı araştırmanın referans bilgilerinin gönderilmesi beklenmektedir.**

#### Huzur Ölçeği’nin Psikometrik Özellikleri

#### Açımlayıcı faktör analizi: Huzur Ölçeği’nin yapı geçerliğini değerlendirmek için yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin öz değeri 3.226 olan, toplam varyansın %40.328 açıklayan ve 8 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur. Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .55 ile .71 arasında sıralanmaktadır.

#### Doğrulayıcı faktör analizi: 450 katılımcıdan oluşan 1. örneklemden elde edilen veriler üzerinde Huzur Ölçeği’nin tek boyutlu yapısını değerlendirmek üzere uygulanan doğrulayıcı sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri; *χ*2 (20, N = 450) = 58,48, *p* < .001; CFI = .97; NFI = .96; NNFI = .96; SRMR = .041; RMSEA = .065 şeklinde bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .44 ile .67 arasında değişmektedir.

**Doğrulayıcı faktör analizi:** 450 katılımcıdan oluşan 2. örneklemden elde edilen veriler üzerinde Huzur Ölçeği’nin tek boyutlu yapısını değerlendirmek üzere uygulanan doğrulayıcı sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri; *χ*2 (20, N = 450) = 74,05, *p* < .001; CFI = .96; NFI = .95; NNFI = .94; SRMR = .045; RMSEA = .078 şeklinde bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .49 ile .65 arasında değişmektedir.

**Ölçüt-bağıntılı geçerlik:** Huzur Ölçeği'nin ölçüt-bağıntılı geçerliği için PERMA Ölçeği ile arasındaki ilişkiler 50 katılımcıdan toplanan verilerle incelenmiştir. Huzur, toplam iyi oluş (.66), olumlu duygular (.66), bağlanma (.53), ilişkiler (.42), anlam (.61), başarı (.53) ve sağlık (.56) ile pozitif ilişkili, olumsuz duygular (-.61) ve yalnızlık (-.34) ile negatif ilişkili bulunmuştur.

**Güvenirlik:** Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin üç hafta arayla 62 katılımcıya yeniden uygulanmasından elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

**Madde analizi:** Ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları .42 ile .56 arasında değişmektedir.