**AKTARILAN PSİKOLOJİK TRAVMA ÖLÇEĞİ**

|  |
| --- |
| Aşağıda bazı görüşlerin yer aldığı ifadeler mevcuttur. Bu ifadeler de yer alan görüşlere katılım derecenizi yan tarafında bulunan 5 dereceli ölçeğe göre değerlendirmelisiniz. İşaretsiz madde bırakmadığınıza emin olmalısınız.1= **Kesinlikle Katılmıyorum** 2= **Katılmıyorum** 3= **Kısmen Katılıyorum** 4= **Katılıyorum** 5= **Tamamen Katılıyorum** anlamına gelmektedir. |
| 1. Aile büyüklerimiz istemediği halde yaşadıkları bölgeden ayrılmak zorunda kalmıştır.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Ailem geçmişimizden bahsederken hep hüzünlenir.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Ailemle birlikte herhangi bir problemle karşılaştığımızda kolaylıkla duruma uyum sağlayıp, onu çözmeye çalışırız.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Ailemden savaş hikâyesi dinleyerek büyüdüm.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Zor bir durum yaşadığımızda akraba ve yakın dostlarımız hemen yardımcı olurlar.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Aile içerisinde gizli bir anlaşma yapmış gibi bazı konular kesinlikle konuşulmaz.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Ailemde anlam veremediğim bir şekilde korku, öfke, çaresizlik gibi duygular yaşanır.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Herhangi bir neden olmaksızın zaman zaman kendimi suçlu hissederim.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Bazen hayatta olduğum halde yaşıyor gibi hissetmem.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Bazen neyden kaynaklandığını bilmediğim halde korkar veya kaygılanırım.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hayatımda her şey yolundayken bir türlü mutlu olamıyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Bazen hüzünlenirim fakat nedenini bilmediğim anlar yaşarım.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Sevdiğim birine kötü bir şey olma ihtimali beni endişelendirir, korkutur.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Duygularımı kontrol etmekte güçlük çekerim.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Yaşanılan olaylara karşı gereğinden çok daha fazla tepki veririm.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Evde yeterli yiyecek olmadığında kaygılanırım.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Gereğinden fazla alışveriş yaptığım anlar olur.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Dünyanın güvenilir bir yer olduğunu düşünmem.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Sebebi bulunamayan ve zaman zaman tekrarlayan baş, boyun, sırt ağrıları yaşarım.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Türkçe Kaynak:**

Uslu, B. (2021). Aktarılan Psikolojik Travmaya Dair Ölçek Geliştirme Çalışması. [[Yayınlanmamış](http://www.genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/pdfs/article55tr.pdf) Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

**Puanlama Yönergesi**

**Alt boyut ve madde sayısı:** 3 alt boyut ve 19 madde

Aile İşlevselliği (3 madde): a3 a5 a7

Geçmiş Aile Travmaları (5 madde): a1 a2 a4 a6 a16

Duygu ve Davranış Düzenleme (11 madde): a8 a9 a10 a11 a12 a13 a14 a15 a17 a18 a19

**Ölçeğin bulunan ters maddeler:** Ölçekte a3 ve a5 ters madde bulunmaktadır.

**Ölçeğin Değerlendirilmesi:** Ölçeğin her bir maddesi 5 puan olarak değerlendirilmiş, toplamda alınan yüksek puan bireyin değerlendirdiği özelliğe sahip olduğunu göstermektedir.

**İletişim adresi:** bbeyzauslu@gmail.com