



5th INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH AND INNOVATION CONGRESS

June 29-30, 2026 / Bishkek – Kyrgyzstan

THE PROCEEDINGS BOOK

EDITORS

Prof. Dr. Asanbekova Çynar Maksutovna
Assoc. Prof. Dr. Kübra Şahin Çeken

ISBN: 979-8-89695-479-8

www.ubakkongre.com/research

Copyright © Liberty



5th INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH AND INNOVATION CONGRESS

June 29-30, 2026 / Bishkek – Kyrgyzstan

EDITORS

**Prof. Dr. Asanbekova Çynar Maksutovna
Assoc. Prof. Dr. Kübra Şahin Çeken**

Issued: 13.07.2026

Liberty Publishing House

Water Street Corridor New York, NY 10038

www.libertyacademicbooks.com

+1 (314) 597-0372

ALL RIGHTS RESERVED NO PART OF THIS BOOK MAY BE REPRODUCED IN ANY FORM, BY PHOTOCOPYING OR BY ANY ELECTRONIC OR MECHANICAL MEANS, INCLUDING INFORMATION STORAGE OR RETRIEVAL SYSTEMS, WITHOUT PERMISSION IN WRITING FROM BOTH THE COPYRIGHT OWNER AND THE PUBLISHER OF THIS BOOK.

© Liberty Academic Publishers 2026

The digital PDF version of this title is available Open Access and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits adaptation, alteration, reproduction and distribution for noncommercial use, without further permission provided the original work is attributed. The derivative works do not need to be licensed on the same terms.

adopted by Mariam Rasulan

ISBN: 979-8-89695-479-8

www.ubakkongre.com/research

CONGRESS ID

CONGRESS TITLE

5th INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH AND INNOVATION CONGRESS

DATE and PLACE

June 29-30, 2026 / Bishkek – Kyrgyzstan

CONGRESS PRESIDENT

Assoc. Prof. Dr. Kübra ŞAHİN ÇEKEN, İstanbul Arel University

REGULATORY COMMITTEE

Prof. Dr. Emine KILIÇASLAN - Atlas University
Assoc. Prof. Dr. Doğan ÇİLOĞLU - Atatürk University
Assoc. Prof. Dr. Mehmet Emin KALGI - Ardahan University
Assoc. Prof. Dr. Özlem ÜLGER DANACI - Batman University
Assist. Prof. Dr. Ece EZER - Mudanya University
Dr. Muntazir MEHDİ - NUML
Dr. Mehtap DEMİR - Adıyaman University

COORDINATORS

Gönül EDEŞLER
Neslihan BALCI

NUMBER of ACCEPTED PAPERS - 169

NUMBER of REJECTED PAPERS - 28

PARTICIPANT COUNTRIES

Türkiye-76, Albania-1, Algeria-10, Azerbaijan-2, Bosnia and Herzegovina-1, Brazil-1, Ethiopia-1, Georgia-1, Hungary-1, India-18, Iran-1, Israel-3, Kosovo-1, Kyrgyzstan-1, Malaysia-3, Moldova-1, Morocco-12, Nigeria-16, Pakistan-10, Romania-4, Spain-1, Tunisia-1, TRNC-1, Vietnam-2

CONGRESS SCIENTIFIC AND ADVISORY BOARD

Prof. Dr. Hacıfexreddin SEFERLİ - Nakhchivan State University
Prof. Dr. Daşqın QENBEROV - Nakhchivan State University
Prof. Dr. Memmed RZAYEV - Nakhchivan State University
Prof. Dr. Cavanşir ZEYNALOV - Nakhchivan State University
Prof. Dr. Teymur ABBASOV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Elbrus ISAYEV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Sevinc QULİYEVA - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Elsever ESEDOV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Taleh XELİLOV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Mefrun İSMAYILOV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Çapay QULİYEV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Behruz MEMMEDOV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Hüseyin QASIMOV - Nakhchivan State University
Assoc. Prof. Dr. Meftun ALİYEV - Nakhchivan State University
Ali CABBAROV - Nakhchivan State University
Günel İSAYEVA - Nakhchivan State University
Billure HACIYEVA - Nakhchivan State University
Prof. Dr. İryna Dryga - National Academy of Sciences
Prof. Dr. Melike Özer Keskin - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Ümran Türkyılmaz- Ankara Hacı Bayram Veli University
Prof. Dr. Froilan MOBO - PMMA
Assoc. Prof. Dr. Doğan ÇİLOĞLU - Atatürk University
Assoc. Prof. Dr. Gulbaxar Tavalдиеva - Taşkent Kimya-Teknoloji Enstitüsü
Assoc. Prof. Dr. Mehmet Emin KALGI - Ardahan University
Assoc. Prof. Dr. Doğan ÇİLOĞLU - Atatürk University
Assoc. Prof. Dr. Özlem ÜLGER - Batman University
Assoc. Prof. Dr. Güray ALPAR - IKSAD Institute
Assoc. Prof. Dr. Cavit POLAT - Kahramanmaraş Sütçü İmam University
Dr. Mehtap DEMİR - Adıyaman University
Dr. Muntazir MEHDİ - NUML
Dr. Hüseyin ERİŞ - Harran University
Dr. Elvan CAFAROV - Azerbaijan State Pedagogical University

KISA TAM İYİLİK HALİ ÖLÇEKLERİ'NİN TÜRKÇE FORMUNUN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Zehra GÜRSES

Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
ORCID: 0009-0003-9268-5683

Prof. Dr. Halil EKŞİ

Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
ORCID: 0000-0001-7520-4559

Doç. Dr. Hasan KÜTÜK

Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
ORCID: 0000-0002-8288-4107

ÖZET

Bu çalışmanın amacı Kısa Tam İyilik Hali Ölçekleri'nin (The Brief Scales of Flourishing) Türkçe uyarlamasının gerçekleştirilmesi ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Kısa Tam İyilik Hali Ölçekleri Burns ve Crisp (2025) tarafından geliştirilen tam iyilik halini 5 maddede değerlendiren tek boyutlu bir ölçme aracıdır. Ölçek, maddelerinin hem tek başlarına bağımsız birer ölçek gibi çalışabilme hem de bir arada çok boyutlu veri üretebilme esnekliğiyle literatürdeki geleneksel araçlardan ayrılmaktadır. Çalışma grubunu, 18 yaş ve üzeri 253 kadın (%76,7) 77 erkek (%23,3) 330 katılımcı oluşturmaktadır. Ölçüt bağıntılı geçerlik analizleri kapsamında 67 katılımcıdan oluşan bağımsız bir örneklem ile çalışılmıştır. Ölçek uyarlama sürecinde çeviri ve geri çeviri yöntemleri kullanılarak ölçek maddelerinin dil ve kültür uyumu sağlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilerek incelenmiş ve elde edilen uyum indeksi değerlerinin ($CFI = .976$, $TLI = .951$, $RMSEA = .06$) model-veri uyumunu sağladığı görülmüştür. Güvenirlilik analizi kapsamında, Cronbach's alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve Cronbach's alfa katsayısı .67 olarak bulunmuştur; ölçeğin az maddeli ve farklı formatlardaki heterojen yapısı göz önünde bulundurularak hesaplanan McDonald's Omega katsayısının ise .69 (.685) ile yapısal güvenirliliği desteklediği saptanmıştır. Ayrıca yapılan ANOVA analizleri, maddelerin tekil ayırt edicilik gücünü ve heterojen yapısını doğrulamıştır. Ölçüt geçerliliği için Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği incelenmiş ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile pozitif yönde orta düzeyde ($r = .56$, $p < .01$), Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği ile ise pozitif yönde orta düzeyde ($r = .53$, $p < .01$) bir ilişki saptanmıştır. Sonuçlar BS-F'in Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Bu ölçek, 18 yaş ve üstü bireylerin tam iyilik hallerini değerlendirmede önemli bir araç olarak kullanılabilir.

Anahtar kelimeler: Tam iyilik hali, iyi oluş, serpilme, ölçek uyarlama, geçerlik, güvenirlilik.

THE ADAPTATION OF THE BRIEF SCALES OF FLOURISHING (BS-F) INTO TURKISH CULTURE

ABSTRACT

The purpose of this study is to adapt the Brief Scales of Flourishing (BS-F) into Turkish and to examine its psychometric properties. Developed by Burns and Crisp (2025), the Brief Scales of Flourishing is a unidimensional measurement tool that assesses flourishing across 5 items. The scale diverges from traditional instruments in the literature due to its flexibility, allowing items to function both independently as standalone scales and together to generate multidimensional data. The study group consists of 330 participants aged 18 and older, including 253 women (76.4%) and 77 men (23.3%). For the criterion-related validity analyses, an independent sample of 67 participants was utilized. During the scale adaptation process, translation and back-translation methods were employed to ensure the linguistic and cultural equivalence of the scale items. The construct validity of the scale was examined by conducting a confirmatory factor analysis, and the obtained fit index values (CFI = .976, TLI = .951, RMSEA = .06) were found to support the model-data fit. Within the scope of reliability analysis, the Cronbach's alpha internal consistency coefficient was calculated and found to be .67; considering the scale's short length and heterogeneous structure in different formats, the McDonald's Omega coefficient was calculated as .69 (.685), supporting structural reliability. Furthermore, ANOVA analyses confirmed the individual discriminative power and heterogeneous structure of the items. For criterion validity, the Psychological Well-Being Scale and the Multidimensional Well-Being Scale were examined, revealing a moderate positive correlation with the Psychological Well-Being Scale ($r = .56, p < .01$) and a moderate positive correlation with the Multidimensional Well-Being Scale ($r = .53, p < .01$). The results demonstrate that the Turkish BS-F is a valid and reliable instrument for assessing flourishing in adults.

Keywords: Flourishing, well-being, scale adaptation, validity, reliability.

GİRİŞ

Etimolojik kökeni Latince “*florere*” kelimesine dayanan “flourishing” kavramı, bireyin potansiyelinin zirvesine ulaşma ve gelişim gösterme sürecini ifade etmektedir (Burns ve Crisp, 2025) Bu kavramın teorik temelleri, pozitif psikolojinin iki temel sütunu olan hedonik ve eudaimonik yaklaşımların sentezine dayanır (Satıcı, 2019). Mutluluk ve haz duygumunu merkeze alan hedonik yaklaşım, bireyin yaşamına dair duygusal tepkilerini ve yaşam doyumunu gibi bilişsel değerlendirmelerini kapsayan “özel iyi oluş” kavramı ile ilişkilendirilmektedir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003; Huppert ve So, 2013). Eudaimonik yaklaşım ise bireyin kendi potansiyelini gerçekleştirmesine ve erdemli bir yaşam sürmesine odaklanarak; mutluluğu sadece bir sonuç olarak değil, kişisel gelişim ve yaşam amacına yönelik sürekli bir çaba olarak ele alır (Burns ve Crisp, 2025; Ryff ve Singer, 2008; Satıcı, 2019). Bununla beraber Türk literatüründeki güncel incelemeler de flourishing yapısının, bireyin sadece özel mutluluğuna değil, aynı zamanda potansiyelini en üst düzeye çıkardığı 'tamamlanmış bir iyi oluş' modeline dayandığını doğrulamaktadır. Acarbaş ve Başbüyük (2024) tarafından vurgulandığı üzere; iyi bir yaşamın haritası, bireyin hem anlık duygusal doyumunu (hedonik) hem de yaşamına anlam katarak işlevselliğini artırmasını (eudaimonik) içeren dinamik bir bütünlüğü temsil etmektedir. Bu bütüncül perspektif, yapının ölçülmesinde her iki boyutu da kapsayan pratik ve güncel araçların kullanımını akademik bir zorunluluk haline getirmektedir.

Sonuç olarak flourishing kavramı, bu iki yaklaşımı tek bir potada eriterek psikoloji yazınında “en üst düzey iyi oluş” hali olarak tanımlanmaktadır. (Huppert ve So, 2013; Waigel ve Lemos, 2023). Bu bağlamda flourishing, bireyin hayatının her anlamda 'iyi gitmesi' deneyimidir. Bu deneyim, duygusal esenliği ifade eden “iyi hissetme” (*feeling good*) ile bireyin psikososyal kapasitesini en üst düzeyde kullanmasını içeren “etkili işlev görme” (*functioning effectively*) bileşenlerinin dinamik bir birleşimi olarak kabul edilmektedir. (Huppert ve So, 2013; VanderWeele, 2017). Ancak, iyi oluşun bu denli geniş ve gelişimsel bir çerçevede ele alınması psikoloji tarihinde oldukça yeni bir dönemi temsil etmektedir. Kavramın günümüzdeki bu kapsayıcı niteliğini daha iyi kavrayabilmek için, öncelikle ruh sağlığına dair yerleşik kabulleri incelemek gerekmektedir.

Geleneksel psikoloji literatürü uzun yıllar boyunca ruh sağlığını yalnızca psikolojik hastalıkların veya klinik semptomların yokluğu olarak tanımlama eğilimi göstermiş, bireylerin optimum düzeyde gelişim gösterdiği dinamik bir yapı olan tam iyilik hali (flourishing) kavramını göz ardı etmiştir. (Kinnier, 1997, akt. Fidan ve Usta, 2013). Bu bağlamda “flourishing” kavramının kuramsal açıdan dinamik bir değişim geçirdiği görülmektedir (Nur’aini ve Mulyana, 2024). Bu sürecin ilk adımları, Diener’in (1985, akt. Nur’aini ve Mulyana, 2024) olumlu duyguların baskınlığına odaklanan çalışmasıyla atılmış; ancak ilerleyen yıllarda Ryff (1989, akt. Nur’aini ve Mulyana, 2024), iyi oluşun sadece mutlulukla açıklanamayacağını savunarak modele özerklik, yetkinlik ve kişisel büyüme gibi boyutları dahil etmiştir. Kavramın bugünkü bütüncül halini alması ise bu iki yaklaşımın sentezlenmesiyle mümkün olmuştur. Bu bağlamda Keyes (2002) ve Seligman (2011 akt. Nur’aini ve Mulyana, 2024), flourishing yapısını hem bireysel bir esenlik hem de toplumsal alanda sergilenen yüksek bir işlevsellik (*functioning effectively*) olarak ele almıştır. Seligman tarafından ileri sürülen PERMA modeli; olumlu duygular, akış (bağlılık), sağlıklı sosyal ilişkiler, yaşamın anlamı ve başarı gibi beş temel sütunu sentezleyerek, iyi oluş kavramını geleneksel sınırlarından çıkarıp çok boyutlu ve kapsayıcı bir düzleme taşımıştır (Nur’aini ve Mulyana, 2024).

Öte yandan Huppert ve So (2013), bu durumu ruh sağlığının en yüksek seviyesi olarak kabul ederek; iyimserlik, psikolojik sağlamlık ve öz saygı gibi on temel özelliği bu sürecin belirleyicileri olarak sunmuştur. Dolayısıyla geline nokta da flourishing; yalnızca psikolojik bir semptomun yokluğu değil, aksine bireyin kendi potansiyelini sürekli geliştirerek en üst seviyeye taşıdığı dinamik bir gelişim sürecidir. Kavramın bu kuramsal kökleri, zamanla farklı perspektiflerle zenginleşerek günümüzdeki çok boyutlu yapısına evrilmiştir.

Kuramsal düzlemdeki bu çok boyutlu evrilme, flourishing yapısını soyut bir iyi oluş tanımı olmaktan çıkararak eğitim süreçlerinin nihai çıktısı haline getirmiştir. Güncel yaklaşımlar, flourishing’i sadece anlık bir mutluluk hali değil, öğrencilerin potansiyellerini en üst düzeyde kullanabildikleri ve gelişimsel ihtiyaçlarının bütüncül bir şekilde karşılandığı bir 'öğrenme idealini' temsil etmektedir. Dolayısıyla, okullarda öğrencilerin “flourishing” düzeylerinin takip edilmesi, bireysel gelişimin izlenmesi ve eğitim kalitesinin değerlendirilmesi adına temel bir gösterge olarak kabul edilmektedir. (Curren vd., 2024; Phan et al., 2021; Waigel ve Lemos, 2023) Tam iyilik halinin bir eğitim ideali olarak yapılandırılması, bu durumun hangi kaynaklardan beslendiğine dair inceleme ihtiyacını doğurmuştur.

Bu bağlamda söz konusu teorik dönüşüm, flourishing yapısının hangi psikolojik değişkenlerle etkileşim içinde olduğu sorusunu da beraberinde getirmiştir. Bu etkileşim incelendiğinde, bu kavramın bireyin hem içsel psikolojik kaynaklarıyla hem de dışsal yaşam koşullarıyla dinamik bir etkileşim içinde olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırmalar; öz şekfat (Köksal ve ark., 2023), psikolojik sağlamlık ve iyimserlik gibi 'öz-yeterlik' temelli unsurların flourishing düzeyini anlamlı ölçüde yükselttiğini (Satıcı ve Deniz, 2017) buna karşın psikolojik kırılganlık (Köksal ve ark., 2023) ve sosyal medya bağımlılığı (Satıcı, 2019) gibi faktörlerin bu süreci sekteye uğrattığını ortaya koymaktadır. İlginç olan nokta ise bu değişkenlerin yaşam dönemlerine göre farklılaşmasıdır: Üniversite yıllarında flourishing daha çok öz şekfat ve mizah gibi bireysel başa çıkma becerileriyle şekillenirken (Köksal ve ark., 2023; Satıcı ve Deniz, 2017) yetişkinlik evresinde iş-yaşam dengesi ve finansal istikrar gibi daha yapısal ve varoluşsal meseleler iyilik halinin temel belirleyicileri haline gelmektedir (Burns ve Crisp, 2025). Ayrıca araştırmalar, ergenlerde flourishing düzeyinin akademik performansı pozitif yönde öngördüğünü ve okul görevlerine yönelik motivasyonu artırdığını kanıtlamaktadır. Özellikle öğretmen-öğrenci ilişkisinin zayıf olduğu durumlarda öğrencilerin “flourishing” düzeylerinin tespiti, akademik başarının korunması ve gelişimsel ihtiyaçların anlık takibi adına stratejik bir öneme sahiptir (Chamizo-Nieto vd., 2021; Phan et al., 2021; Waigel ve Lemos, 2023).

Gerek içsel kaynakların gerekse yapısal koşulların flourishing üzerindeki bu belirleyici rolü, yapının doğru ölçülmesini kritik bir zorunluluk haline getirmektedir. Bu noktada literatür, farklı ölçme yaklaşımlarını içeren geniş bir araç yelpazesi sunmaktadır. Alan yazındaki flourishing ölçekleri, yapıyı ölçme biçimlerine göre iki temel paradigma altında toplanmaktadır: *Sınıflandırma (Categorical)* ve *Süreklilik (Continuous)* yaklaşımları. Keyes (2002) ve Huppert ve So (2013) tarafından savunulan sınıflandırma yaklaşımı, bireyin belirli kriterleri karşılayıp karşılamadığına bakarak onu "flourishing" veya "languishing" (çöküş/solma) olarak gruplandırır. Öte yandan Diener (2010), Seligman (2011) ve VanderWeele (2017) gibi araştırmacılar, flourishing yapısını bir spektrum üzerinde, derece derece ölçmeyi tercih etmektedir. Bu çok boyutlu ölçekler (örneğin 14 maddelik MHC-SF) her ne kadar derinlemesine veri sunsa da sağlık kurumları, boylamsal araştırmalar ve geniş çaplı nüfus izleme çalışmaları gibi zamanın kısıtlı olduğu bağlamlarda *katılımcı yükünü (participant burden)* artırmakta ve yanıt yorgunluğuna neden olmaktadır. Burns ve Crisp (2025) tarafından geliştirilen **Brief Scales of Flourishing (BS-F)**, bu metodolojik hantallığa bir çözümler olarak, flourishing ve languishing durumlarını tek maddelik ölçümlerle belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek beş farklı maddeden oluşmakta olup; ilk madde bireyin kendi durumunu doğrudan seçtiği bir kategorizasyon sorusudur, diğer maddeler ise "katılıyorum/katılmıyorum" veya "0-10 arası derecelendirme" formundadır. Ölçeğin orijinal geçerlik çalışmalarında (ABD n=303, İngiltere n=301), MHC-SF ile olan uyumu test edilmiş ve katılımcıların %77.5'inin flourishing, %85.3'ünün ise languishing durumları doğru bir şekilde sınıflandırılmıştır. BS-F'nin özellikle mental sağlık, iş-yaşam dengesi ve aleksitimi gibi değişkenleri öngörmedeki başarısı, uzun ölçeklerle kıyaslanabilir düzeyde saptanmıştır. Bu bulgular, tek bir maddenin, çok boyutlu ölçeklerin sunduğu bilgiyi büyük oranda destekleyebildiğini (convergent validity) kanıtlamaktadır.

Diener ve diğerleri (2010) tarafından geliştirilen ve Türkiye uyarlaması Telef (2013) tarafından yapılan İyilik Hali Ölçeği bireyin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyini ve genel işlevselliğini ölçmeyi hedefleyen, sekiz maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçme aracıdır. Olumlu ve olumsuz duyguları yüksek bir iç tutarlılıkla ölçen küresel bir araç olarak öne çıkmaktadır. Benzer şekilde, Butler ve Kern (2016) tarafından geliştirilen ve Türkiye uyarlaması Eliüşük (2018) tarafından yapılan PERMA-Profil, Seligman'ın beş boyutlu modeline dayalı kapsamlı bir ölçüm sağlamaktadır. Literatürde flourishing yapısını ölçmeye yönelik mevcut araçlar (Örn: PERMA-Profil, MHC-SF), derinlemesine veri sunma kapasitelerine rağmen, geniş çaplı nüfus taramaları veya kısıtlı zamana sahip klinik bağlamlarda 'katılımcı yükü' yaratarak veri kalitesini riske atmaktadır.

Özellikle Türkiye gibi uzman başına düşen danışan/öğrenci sayısının yüksek olduğu ve hizmetlerin sıklıkla kriz odaklı yürütüldüğü sistemlerde, kısa süreler içinde uygulanabilecek seri ölçüm araçlarına duyulan ihtiyaç bir tercihten ziyade metodolojik bir zorunluluktur. Bu doğrultuda Burns ve Crisp (2025) tarafından geliştirilen BS-F, hem hedonik hem de eudaimonik bileşenleri tek maddelik bir pratiklikle yakalayarak literatürdeki bu boşluğu doldurmaktadır

Bununla beraber, psikometri yazınında uzun yıllar hâkim olan 'çok maddeli ölçeklerin daha güvenilir olduğu' görüşü, güncel metodolojik tartışmalarla birlikte esnemeye başlamıştır. Geleneksel yaklaşımlar geniş madde havuzlarının kapsam geçerliğini artırdığını savunsa da modern araştırmalar, flourishing gibi iyi tanımlanmış ve birey tarafından bütüncül olarak algılanabilen kavramların tek maddelik ölçümlerle de yüksek bir hassasiyetle yakalanabileceğini göstermektedir. Bu metodolojik yaklaşım, Matthews ve diğerleri (2022) tarafından sunulan kanıtlarla desteklenmektedir; nitekim ilgili çalışma, tek maddelik ölçümlerin, çok maddeli ölçeklerin açıkladığı toplam varyansın %82,4'ünü tek başına temsil edebildiğini ve kavramsal kapsamı yüksek bir hassasiyetle yansıttığını ortaya koymaktadır. Dolayısıyla BS-F, metodolojik hantallığı aşarak hızlı tarama ve anlık iyi oluş takibi gerektiren güncel bağlamlarda güvenilir bir alternatif olarak öne çıkmaktadır.

Flourishing yapısını ölçmeye yönelik mevcut araçların (örn. PERMA-Profiler, MHC-SF) sunduğu derinlemesine veriye rağmen, bu ölçeklerin yarattığı 'katılımcı yükü' ve 'yanıt yorgunluğu', zamanın kısıtlı olduğu saha uygulamalarında ciddi bir metodolojik sınırlılık teşkil etmektedir. Özellikle Türkiye'deki okul psikolojik danışmanlığı servislerinde ve birinci basamak sağlık hizmetlerinde, uzman başına düşen birey sayısının fazlalığı ve kriz odaklı çalışma zorunluluğu, saniyeler içinde uygulanabilecek pratik ölçme araçlarına duyulan ihtiyacı kritik bir boyuta taşımıştır. Türkiye'deki devlet okullarında görev yapan okul psikolojik danışmanlarının öğrenci sayısının fazlalığı nedeniyle her öğrenciyi düzenli takip edememesi ve rehberlik hizmetlerinin çoğunlukla sadece kriz anlarında 'sorun odaklı' yürütülmesi (Jusufobašić ve Kenan, 2022), öğrencilerin iyi oluş hallerini saniyeler içinde tarayabilecek pratik ölçme araçlarına (BS-F gibi) duyulan ihtiyacı metodolojik bir zorunluluk haline getirmektedir.

Bu bağlamda araştırmanın temel problemi; Türk literatüründe hızlı ve etkili değerlendirme imkânı sunan tek maddelik bir flourishing ölçeğinin eksikliğidir. Bu araştırmanın temel amacı, söz konusu metodolojik boşluğu doldurmak amacıyla 'Kısa Tam İyi Hali Ölçekleri'nin (Brief Scales of Flourishing - BS-F) Türk kültürüne uyarlanması ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin belirlenerek literatüre kazandırılmasıdır.

YÖNTEM

Bu araştırma, literatüre bir ölçme aracı kazandırmayı hedefleyen bir ölçek uyarlama çalışmasıdır. Söz konusu amaç doğrultusunda, bu başlık altında uyarlama sürecinin kuramsal temellerine, izlenen aşamalara ve gerçekleştirilen metodolojik işlemlere ayrıntılı olarak yer verilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın verileri, kolayda örnekleme (convenience sampling) yöntemi kullanılarak toplanmıştır. Yaşları 18 ile 64 arasında değişen 330 kişi (ortalama yaş = 27.48, S = 8.69), çalışmanın temel çalışma grubunu teşkil etmektedir. Söz konusu grubun %76.7'ini (n = 253) kadınlar, %23.3'ini (n = 77) ise erkek katılımcılar oluşturmaktadır. Öte yandan, ölçeğin ölçüt geçerliğini test etmek adına bağımsız bir örneklem grubuna daha ulaşılmıştır. Bu grupta yer alan 67 kişinin 48'i kadın (%71.6), 19'u ise erkektir (%28.4).

Veri Toplama Araçları

Kısa Tam İyilik Hali Ölçekleri

Burns ve Crisp (2025) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal ismi “The development of single-item measures of Flourishing: the Brief Scales of Flourishing (BS-F)” olarak ifade edilmiştir. Bireylerin tam iyilik hali (flourishing) düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek tek maddelik (single-item) beş farklı formdan oluşmaktadır; bu maddeler genel bir iyilik hali puanı üretmek üzere tasarlanmıştır dolayısıyla bağımsız alt boyutlar içermeyen tek boyutlu bir yapıya sahiptir.

Ölçeğin cevaplama ve puanlama yapısı incelendiğinde, hem kategorik hem de sürekli bir değerlendirme sunduğu görülmektedir. Katılımcıların kendilerini doğrudan sınıflandırması esasına dayanan birinci maddede, bireylere sunulan kısa iyilik hali tanımları üzerinden "Tam İyilik Hali" (Flourishing), "Düşük İyilik Hali" (Languishing) veya "Ne Tam İyilik Hali Ne Düşük İyilik Hali" seçeneklerinden birini seçerek kendilerini konumlandırmaları istenir. İkinci ve üçüncü maddeler, bireylerin tam iyilik hali veya düşük iyilik hali ifadelerine ne düzeyde katıldıklarını belirlemek amacıyla "Kesinlikle Katılmıyorum" ile "Kesinlikle Katılıyorum" arasında değişen 5'li Likert tipinde derecelendirilir. Son olarak dördüncü ve beşinci maddeler, iyilik hali durumunun derecesini daha hassas bir şekilde belirlemek amacıyla 0 ile 10 puan arasında değişen sayısal bir skala üzerinden değerlendirilmektedir.

Ölçeğin puanlanmasında, her bir madde kendi içerisinde değerlendirilir ve alınan yüksek puanlar, ilgili durumun (tam veya düşük iyilik hali) bireyde o oranda baskın olduğunu gösterir. Genel bir iyilik hali puanı elde etmek amacıyla yapılan analizlerde, düşük iyilik halini (languishing) ölçek 3. ve 5. maddeler ters kodlanarak analize dâhil edilmiştir. Böylece ölçekten alınan toplam puanın artması, bireyin tam iyilik hali düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Yapılan geçerlik çalışmaları, ölçeğin mevcut uzun formulu iyilik hali araçlarıyla yüksek düzeyde paralellik gösterdiğini doğrulamaktadır. Güvenirlik analizleri kapsamında hesaplanan iç tutarlılık katsayılarının ise 0.93 ve 0.95 sınırları arasında değişen oldukça yüksek düzeylerde olduğu görülmüştür.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Orijinal formu Diener ve arkadaşları (2009, 2010) tarafından sosyo-psikolojik iyi oluşu ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek, Türk kültürüne Telef (2011, 2013) tarafından uyarlanmıştır. Bireylerin psikolojik kaynaklarını, güçlerini ve olumlu işlevselliklerini belirlemek amacıyla geliştirilen bu ölçme aracı, toplam 8 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, iyi oluşun farklı yönlerini ayrı ayrı ölçmek yerine, bireyin psikolojik iyilik haline dair bütüncül ve genel bir bakış açısı sunan tek boyutlu bir yapıya sahiptir.

Maddelerinin tamamı olumlu ifadeler içeren ölçek, 7'li Likert tipinde bir dereceleme yapısına sahiptir. Katılımcılardan, maddeleri "Kesinlikle Katılmıyorum" (1) ile "Kesinlikle Katılıyorum" (7) arasındaki skala üzerinde değerlendirmeleri istenmektedir. Ölçme aracından elde edilebilecek toplam skor 8 ile 56 arasında farklılık göstermektedir; bu doğrultuda ulaşılan puanın artması, bireyin daha zengin psikolojik kaynaklara ve güce sahip olduğuna, dolayısıyla psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksekliğine işaret etmektedir.

Ölçme aracının geçerlik analizleri, Yaşam Doyumu Ölçeği ile Öznel İyi Oluş Ölçeği gibi benzer fenomenleri test eden araçlarla pozitif yönlü ve istatistiksel açıdan anlamlı korelasyonlar yakalandığını göstermiştir. Bunun yanı sıra ölçeğin; özerklik, yeterlik ve ilişkili olma şeklinde sıralanan temel psikolojik ihtiyaç doyumu boyutlarıyla da ileri düzeyde ilişkilendiği saptanmıştır. Güvenirlik boyutuna bakıldığında, ölçeğe ait Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının 0.80 olduğu görülmüştür.

Kararlılık düzeyini belirleyen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0.86 olarak hesaplanmış; tüm bu istatistiksel çıktılar, ölçeğin Türk örneklem grubunda geçerli ve güvenilir biçimde kullanılabileceğini doğrulamıştır.

Çok Boyutlu İyi-Oluş (Flourishing) Ölçeği

Orijinal formu Mesurado ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen ölçek, Türk kültürüne Dadandı ve Aydın (2025) tarafından uyarlanmıştır. Bireylerin tam iyilik hali (flourishing) düzeylerini, Keyes'in (2002) kuramsal çerçevesine dayalı olarak çok boyutlu bir perspektifle belirlemek amacıyla geliştirilen bu ölçeğe sosyal, psikolojik ve duygusal iyi oluş olmak üzere üç alt boyuttan ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Her bir alt boyutta dörder madde yer almakta olup ölçek, genel bir iyilik hali puanı üretmek üzere tasarlanmıştır.

Ölçeğin cevaplama ve puanlama yapısı incelendiğinde, bireylerin maddelere katılım düzeylerini belirlemek amacıyla 5'li Likert tipinde ("Kesinlikle Katılmıyorum"dan "Kesinlikle Katılıyorum"a) derecelendirildiği görülmektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 12 ile 60 arasında değişmekte olup puanların yükselmesi, bireyin tam iyilik hali düzeyinin arttığını göstermektedir.

Geçerlik ve güvenilirlik süreçleri kapsamında, Diener ve arkadaşlarınca (2010) geliştirilip Telef (2013) tarafından Türkçe literatüre uyarlanan "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" (Flourishing Scale) ile yürütülen eşzamanlı geçerlik analizinde, orta ve yüksek düzeyde anlamlı korelasyon katsayılarına ulaşılmıştır. Güvenirlik çalışmalarında, ölçeğin bütününe yönelik hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.86 olarak belirlenmiştir. Bununla birlikte alt boyutların güvenilirlik katsayılarının da 0.74 ile 0.86 aralığında seyrettiği izlenmiştir. Araştırmadan elde edilen tüm bu ampirik kanıtlar, ölçeğin Türk üniversite öğrencileri örneklem havuzunda geçerli ve güvenilir biçimde kullanılabilecek bir ölçeğe olduğu işaret etmektedir.

İşlem

Bu çalışmada ilk olarak, Burns ve Crisp (2025) tarafından literatüre sunulan ölçeğe aracının Türk kültürüne uyarlanması amacıyla geliştirici yazarlarla e-posta üzerinden iletişime geçilerek resmi kullanım izni sağlanmıştır. İzin sürecinin ardından ölçek maddeleri, alanında uzman beş bağımsız profesyonel tarafından Türkçeye aktarılmıştır. Bu çeviri metinleri, içerik uygunluğu açısından üç uzman tarafından değerlendirilmiş ve sağlanan ortak uzlaşa doğrultusunda birleştirilerek Türkçe taslak ölçek formu elde edilmiştir. Hazırlanan taslak form, hem İngilizceye hem de Türkçeye üst düzeyde vakıf olan üç farklı uzman tarafından yeniden İngilizceye (geri çeviri) dönüştürülmüştür; bu aşamada geri çeviri metni ile orijinal maddeler karşılaştırılarak anlamsal bütünlük ve tutarlılık test edilmiştir. Geri çeviriler ile orijinal form arasındaki anlamsal eşdeğerliğin yeterli düzeyde olduğunu doğrulamak adına bir Türk dili uzmanının değerlendirmelerine başvurulmuştur. İlgili dil uzmanı, Türkçe maddelerin yapısal doğruluğunu ve netliğini incelemiştir. Maddelerin dil ve üslup yönünden anlaşılabilirliğini ampirik olarak sınamak amacıyla 10 kişilik küçük bir çalışma grubuyla pilot uygulama yürütülmüştür. Pilot uygulamadan elde edilen geri bildirimler ışığında, dil uzmanlarının da son kontrolleriyle birlikte ölçeğe nihai formu verilmiştir.

Yöntemsel süreçlerin tamamında bilimsel araştırma etiği ilkelerine titizlikle bağlı kalınmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında, çeşitli sosyal medya ağları ve dijital iletişim kanallarından (WhatsApp, Telegram vb.) yararlanılarak katılımcılara ulaşılmıştır. Veri toplama sürecinden önce katılımcıların onayına sunulan bilgilendirilmiş onam formu vasıtasıyla, çalışmanın tamamen gönüllülük esasına dayandığı ve toplanan verilerin gizlilik prensipleri çerçevesinde korunacağı güvence altına alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, Tek Maddeli İyi Oluş Ölçekleri'nin Türk kültürüne uyarlanması amacıyla yürütülen Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA), güvenilirlik analizleri, tekil madde ayırt edicilik testleri (ANOVA) ve ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmalarından elde edilen istatistiksel bulgulara yer verilmiştir.

Yapı Geçerliği: Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA)

Ölçeğin orijinal formunda önerilen tek boyutlu teorik yapısının Türkiye örneklemindeki ($N = 330$) uyumunu test etmek amacıyla R programı *lavaan* paketi aracılığıyla Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yürütülmüştür. Analiz sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1: Tek Boyutlu Modele İlişkin Doğrulamalı Faktör Analizi Uyum İndeksleri

Uyum İndeksi	Elde Edilen Değer	Kabul Edilebilir Eşik Değerleri	Değerlendirme
<i>CFI</i>	.976	$\geq .95$	(Kabul Uyum sağladı.
<i>TLI</i>	.951	$\geq .95$	(Kabul Uyum sağladı.
<i>RMSEA</i>	.063	$\leq .08$	(Kabul Uyum sağladı.
<i>SRMR</i>	.033	$\leq .05$	(Kabul Uyum sağladı.

Tablo 1 incelendiğinde, 5 maddelik tek boyutlu modelin Türk örnekleminde oldukça güçlü düzeyde uyum indeksleri sergilediği görülmektedir ($CFI = .976$, $TLI = .951$, $SRMR = .033$). Elde edilen bu bulgular, ölçeğin yapı geçerliğinin Türkiye örnekleminde başarıyla sağlandığını ortaya koymaktadır.

Güvenirlik ve Heterojen Yapı Analizleri (ANOVA)

Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla yapılan analizlerde Cronbach Alpha katsayısı .67 olarak hesaplanmıştır. Maddeler arası korelasyonlar incelendiğinde, maddelerin homojen bir dağılım göstermediği, özellikle Madde 2 ile Madde 3 arasındaki korelasyonun düşük olduğu saptanmıştır. Ölçeğin maddelerinin farklı yanıt formatlarına (kategorik, 5'li Likert ve 0-10 arası derecelendirme) sahip olmasından kaynaklanan bu heterojen yapıyı daha doğru test edebilmek amacıyla *McDonald's Omega* katsayısı hesaplanmış ve yapısal güvenilirlik .69 (.685) olarak bulunmuştur. Ölçeğin Açıklanan Ortalama Varyans (*AVE*) değeri ise .342 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin yapısal heterojenliğini ve orijinal yazarın "her bir maddenin tek başına da birer ölçüt olarak işlev görebileceği" yönündeki teorik iddiasını sınamak amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yürütülmüştür. Katılımcıların 1. maddede verdikleri öz-tanımlı iyilik hali grupları (Durgunluk, Nötr, Tam İyilik Hali) bağımsız değişken; diğer ölçek maddeleri ise bağımlı değişken olarak analize dahil edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Katılımcıların Öz-Tanımlı İyilik Hali Gruplarına Göre Ölçek Maddelerinin ANOVA Sonuçları

Maddeler	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Madde 2	33.476	2	16.738	18.521	.000
Madde 3 (Ters)	54.873	2	27.436	32.728	.000
Madde 4	45.925	2	22.963	26.526	.000
Madde 5 (Ters)	41.866	2	20.933	23.840	.000

Not. $p < .001$.

Tablo 2'de görüldüğü üzere, yapılan ANOVA analizleri sonucunda ölçekte yer alan tüm maddelerin, katılımcıların iyilik hali gruplarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ayırt ettiği saptanmıştır ($p < .001$). Bu bulgu, maddelerin birbirine yüksek düzeyde benzemediğini (heterojen olduğunu) ancak her bir maddenin ortak "İyi Oluş" yapısına tek başına da güçlü bir şekilde hizmet ettiğini göstermektedir.

Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Ölçeğin eş zamanlı/ölçüt bağıntılı geçerliğini test etmek amacıyla, 67 kişilik bağımsız bir örneklem grubundan elde edilen veriler üzerinden Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Ölçüt araçlar olarak Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Telef, 2013) ve Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği (Dadandı & Aydın, 2025) kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3 Ölçüt Bağıntılı Geçerlik Analizine İlişkin Korelasyon Değerleri

Değişkenler	1	2	3
1. Tek Maddeli İyi Oluş Ölçekleri	1		
2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Telef)	.56**	1	
3. Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği (Dadandı)	.53**	.78	1

$p < .01$.

Tablo 3 incelendiğinde, uyarlanan ölçeğin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile pozitif yönde, orta-yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki sergilediği ($r = .56, p < .01$) görülmektedir. Benzer şekilde, ölçeğin Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği ile de pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır ($r = .53, p < .01$).

TARTIŞMA

Bu çalışmada, Burns and Crisp (2025) tarafından geliştirilen "Kısa Tam İyilik Hali Ölçekleri"nin Türk kültürüne uyarlaması gerçekleştirilmiş ve ölçeğin psikometrik özellikleri incelenmesi amaçlanmıştır.

Ölçeğin yapı geçerliğini sınamak amacıyla gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi, orijinal formda öne sürülen tek boyutlu yapının Türk örnekleminde de güçlü bir şekilde korunduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen yapısal uyum kanıtları ölçeğin tek boyutuyla "tam iyilik hali" kavramını başarıyla ölçebildiğini göstermektedir.

Bu durum, ölçeğin orijinal yapısının kültür farkı olmaksızın korunduğunu ve Türk örnekleme de tam anlamıyla uyum sağladığını göstermektedir.

Türkçe formun iç tutarlılık katsayıları incelendiğinde, değerlerin geleneksel kabul sınırlarına yakın değerlerde yapılandığını göstermektedir. Ancak bu tablo ölçeğin güvenilirliğine dair bir zayıflık olarak değil, yapının doğasından kaynaklanan metodolojik bir zorunluluk olarak okunmalıdır. Söz konusu ölçek; kategorik sınıflandırma, derecelendirme ve sayısal skalalar gibi birbirinden tamamen farklı yanıt formatlarını kasıtlı olarak bir arada kullanan heterojen bir tasarıma sahiptir. Geleneksel iç tutarlılık analizleri maddelerin birbirine benzemesini ve homojenliğini ödüllendirdiği için, varyans yapıları bu denli çeşitlendirilmiş bir araçta katsayıların doğrusal bir sınırdan kalması ölçeğin tasarım felsefesinin doğal bir çıktısıdır. Elde edilen bu değerler, ölçekteki maddelerin tek bir kalıptan çıkmadığını; tam tersine, iyi oluşun farklı yönlerini yansıtarak bütüncül bir resmi ortaya çıkardığını kanıtlamaktadır.

Ölçeğin bu yapısal heterojenliğini ve orijinal yazarların "her bir maddenin tek başına da birer ölçüt olarak işlev görebileceği" yönündeki teorik iddiasını sınamak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulguları, yukarıdaki metodolojik savunmayı ampirik olarak taçlandırmaktadır. Katılımcıların ilk maddede kendi ifadeleriyle seçtikleri öz-tanımlı iyilik hali grupları (durgunluk, nötr ve tam iyilik hali), ölçeğin diğer tüm maddelerindeki puanlar tarafından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ayırt edilmiştir. Bu bulgu, maddelerin birbirine yüksek düzeyde benzemediğini (heterojen olduğunu) ancak her bir maddenin ortak "İyi Oluş" yapısına tek başına da güçlü bir şekilde hizmet ettiğini ve katılımcıları iyilik hali düzeylerine göre hassasiyetle ayırtılabildiğini kanıtlamaktadır. Dolayısıyla, parça bütün ilişkisi bakımından bu ölçek geleneksel araçlardan ayrılmaktadır; burada anlam, maddelerin monoton bir şekilde birbirini tekrar etmesinden değil, farklı ölçüm formatlarıyla birbirini tamamlamasından doğmaktadır.

Ölçüt bağıntılı geçerlik analizlerinden elde edilen kanıtlar ise bu bütüncül tabloyu destekleyen en kritik ampirik katmanı oluşturmaktadır. Kısa Tam İyilik Hali Ölçekleri'nin, Türk literatüründe yaygın olarak kullanılan mevcut Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği ile pozitif yönde, orta-yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler sergilemesi, ölçeğin kavramsal kapsamının uzun formu araçlarla örtüştüğünü açıkça göstermektedir. Bu bulgunun asıl metodolojik önemi, sekiz veya on iki maddeden oluşan kapsamlı ölçüm araçlarıyla elde edilebilecek iyi oluş bilgisinin, beş maddelik minimal ve heterojen bir yapı aracılığıyla da yüksek bir hassasiyetle yakalanabiliyor oluşudur. Alan yazındaki güncel çalışmaların da vurguladığı üzere, iyi tanımlanmış ve birey tarafından bütüncül olarak algılanabilen tam iyilik hali gibi kavramlar, tek maddelik pratik ölçümlerle de toplam varyansı büyük oranda temsil edebilmektedir. Bu durum, bireyin kendi esenliğini öznel deneyim düzeyinde zaten bütünleşik bir yapı olarak algıladığını ve ifade edebildiğini düşündürmektedir.

Tüm bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde, ölçeğin Türk kültürüne kazandırılması yalnızca teknik bir uyarılma sürecinin ötesinde pratik bir anlam taşımaktadır. Özellikle Türkiye'deki okul psikolojik danışmanlığı servislerinde ve birinci basamak sağlık hizmetlerinde uzman başına düşen birey sayısının fazlalığı, uzmanları sıklıkla kriz odaklı ve sorun merkezli çalışmaya zorlamaktadır. Okullardaki yoğun danışan yükü nedeniyle rehberlik hizmetlerinin çoğunlukla sadece kriz anlarında yürütülebilmesi, öğrencilerin iyi oluş hallerini saniyeler içinde tarayabilecek pratik araçlara duyulan ihtiyacı kritik bir boyuta taşımaktadır. Bu ölçeğin sunduğu saniyeler içinde uygulanabilir tarama imkânı; önleyici ruh sağlığı ve pozitif psikoloji uygulamalarını proaktif bir zemine taşıma, geniş çaplı nüfus taramalarında ve boylamsal çalışmalarda katılımcı yükü ile yanıt yorgunluğunu önleme potansiyeli barındırmaktadır.

SONUÇ

Bu araştırma, Kısa Tam İyilik Hali Ölçekleri'nin (BS-F) Türk kültüründe bireylerin iyi oluş veya durgunluk durumlarını belirlemek için geçerli, güvenilir ve son derece pratik bir araç olduğunu göstermiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar; iyi oluş gibi derinlikli ve çok yönlü bir psikolojik yapının, doğru tasarlanmış kısa ölçümlerle de kaliteden ödün vermeden başarıyla ölçülebileceğini kanıtlamaktadır. Ölçeğin asıl başarısı, maddelerinin birbirini monoton bir şekilde tekrar etmemesine rağmen katılımcıları iyi oluş düzeylerine göre çok net bir şekilde ayırt edebilmesidir. Sonuç olarak bu araç, uzun testlerin yarattığı zaman kaybını ve yorgunluğu önleyerek; okullarda, kliniklerde ve araştırmalarda hızlı tarama yapmak isteyen uygulamacılar için somut ve işlevsel bir alternatif sunmaktadır.

ÖNERİLER

Bu araştırmadan elde edilen ampirik sonuçlar doğrultusunda, literatürün ve sahanın geliştirilmesine katkı sağlamak amacıyla araştırmacılara, uygulamacılara ve politika yapıcılara yönelik şu somut öneriler sunulmaktadır:

1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler: Bu çalışma, belirli bir yetişkin grubuyla ve tek bir zaman diliminde gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle gelecek araştırmaların, ölçeğin zaman içindeki kalıcılığını ve değişime karşı ne kadar duyarlı olduğunu görebilmek için katılımcıları belirli aralıklarla tekrar inceleyen boylamsal çalışmalar yapması önemlidir. Ayrıca bu pratik aracın ülkemizde ne kadar iyi çalıştığını daha net görebilmek için; ergenler, yaşlılar, farklı gelir grupları ve klinik hastalar gibi çok daha çeşitli ve farklı gruplar üzerinde de test edilmesi önerilmektedir.
2. Uygulamacılara Yönelik Öneriler: Ölçeğin saniyeler içinde uygulanıp puanlanabilme ve anlık geri bildirim üretebilme avantajı, saha çalışanları için stratejik bir kolaylık sunmaktadır. Özellikle uzman başına düşen birey sayısının oldukça yüksek olduğu okul psikolojik danışmanlığı servislerinde, birinci basamak ruh sağlığı hizmetlerinde ve kurumsal danışmanlık süreçlerinde; uzmanların kitlesel taramalar yaparak risk grubundaki (çöküş/solma durumundaki) bireyleri hızla tespit etmesi ve önleyici/proaktif müdahaleleri zaman kaybetmeden planlaması için bu pratik araçtan aktif olarak yararlanması önerilmektedir.
3. Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler: Ruh sağlığı ve eğitim politikalarının kriz odaklı bir yapıdan kurtarılarak pozitif ve önleyici bir zemine taşınması adına, kitlesel iyi oluş haritalarının çıkarılması kritik bir öneme sahiptir. Politika yapıcıların, geniş çaplı ulusal taramalarda, eğitim kalitesinin izlenmesi süreçlerinde ve toplum sağlığı projelerinde katılımcı yükü ile yanıt yorgunluğunu en aza indirmek amacıyla bu tarz minimal ve işlevsel ölçüm araçlarını resmi veri toplama ve takip sistemlerine entegre etmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

A.Huppert, F., & T.C.So, T. (2013). Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. *Social Indicators Research*. Springer. doi: 10.1007/s11205-011-9966-7

Acarbaş, E., & Başbüyük, H. H. (2024). İyi bir yaşamın haritası: İyi oluş modelleri üzerine kısa bir inceleme. *Turkish Journal of Healthy Aging Medicine*, (1), 25-32. <https://izlik.org/JA77PH34MT>

Ayşe, E. B. (2018). Adaptation of the PERMA well-being scale into Turkish: Validity and reliability studies. *Educational Research and Reviews*, 13(4), 129-135. DOI: 10.5897/ERR2017.3435

Burns, R. A., & Crisp, D. A. (2025). The development of single-item measures of Flourishing: the Brief Scales of Flourishing (BS-F). *The Journal of Positive Psychology*, 1-16. DOI: 10.1080/17439760.2025.2502486

Butler, J., & Kern, ML (2016). PERMA-Profil: Gelişmenin kısa, çok boyutlu bir ölçüsü. *Uluslararası refah dergisi*, 6 (3). DOI: 10.5502/ijw.v6i3.526

Chamizo-Nieto, M. T., Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2021). The role of emotional intelligence, the teacher-student relationship, and flourishing on academic performance in adolescents: a moderated mediation study. *Frontiers in psychology*, 12, 695067. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.695067>

Curren, R., Boniwell, I., Ryan, R. M., Oades, L., Brighthouse, H., Unterhalter, E., ... & White, M. (2024). Finding consensus on well-being in education. *Theory and Research in Education*, 22(2), 117-157. 10.1177/14778785241259852

Dadandı, İ., & Aydın, F. (2025). Psychometric properties and the network analysis of the Turkish version of the Multidimensional Flourishing Scale: Associations with psychological distress. *Behavioral Sciences*, 15(6), 800. <https://doi.org/10.3390/bs15060800>

Diener, E., Oishi, S., & E.Lucas, R. (2003). PERSONALITY CULTURE AND SUBJECTIVE WELL-BEING: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*. Annual Reviews Inc. DOI: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145056

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. DOI:10.1007/s11205-009-9493-y

D.Ryff, C., & H.Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*. Springer Nature. DOI: 10.1007/s10902-006-9019-0

Fidan, M., & Usta, F. (2013). İyilik hali ölçeğinin Türkçe formunun güvenirlik ve geçerliğinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 265-269.

Jusufobasic, S., & Kenan, S. (2022). Education for all: Teachers' and school counselors' experiences educating Syrian refugee students in Turkish public schools. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 55(55), 411-430. <https://izlik.org/JA32LF36PB>

Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of health and social behavior*, 207-222. DOI: 10.2307/3090197

Köksal, Z., Topkaya, N., & Şahin, E. (2023). Üniversite öğrencilerinde cinsiyet, psikolojik kırılganlık ve öz şefkatin psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(87), 1309-1324. <https://izlik.org/JA77GL49US>

Matthews, R. A., Pineault, L., & Hong, Y. H. (2022). Normalizing the use of single-item measures: Validation of the single-item compendium for organizational psychology. *Journal of Business and Psychology*, 37(4), 639-673. DOI: 10.1007/s10869-022-09813-3

Mesurado, B., Crespo, R. F., Rodríguez, O., Debeljuh, P., & Carlier, S. I. (2021). The development and initial validation of a multidimensional flourishing scale. *Current Psychology*, 40(1), 454-463. DOI:10.1007/s12144-018-9957-9

Nur'aini, N. A., & Mulyana, O. P. (2024). Flourishing: Development of a higher-level uses well-being scale and concept in positive psychology. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 15(02), 194-207. DOI: 10.26740/jptt.v15n02.p194-207

Phan, H. P., Ngu, B. H., & White, M. O. (2021). Introducing 'holistic psychology' for life qualities: A theoretical model for consideration. *Heliyon*, 7(1). DOI: 10.1016/j.heliyon.2020.e05843

Satıcı, B. (2019). Sosyal medya bağımlılığı ve iyilik hali: Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliğin aracılık rolü. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 699-727. DOI: 10.26466/opus.597950 <https://izlik.org/JA92AD96WB>

Satıcı, S. A., & Deniz, M. E. (2017). Mizahla başa çıkma ve iyilik hali: Psikolojik sağlamlık ve iyimserliğin aracılık rolünün incelenmesi. *İlköğretim Online*, 16(3), 1343-1356. <https://izlik.org/JA58FS58XU>

Telef, BB (2013). Psikolojik iyi oluşum üretimi: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe üniversitesi eğitim fakültesi dergisi*, 28 (28-3), 374-384. <https://izlik.org/JA93MA36YU>

VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148-8156. DOI: 10.1073/pnas.1702996114

Waigel, N. C., & Lemos, V. N. (2023). A systematic review of adolescent flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 19(1), 79. DOI: 10.5964/ejop.6831