

Sürekli Umud Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması¹

Adaptation of Dispositional Hope Scale into Turkish: Validity and reliability study

Sinem Tarhan², Hasan Bacanlı³

Özet

Bu araştırmanın amacı C.R. Snyder ve arkadaşları tarafından geliştirilen Sürekli Umud Ölçeği'nin (SUÖ) Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırma, 676 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama araçları olarak Sürekli Umud Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Sürekli Kaygı Envanteri ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Açıklayıcı faktör analizinde toplam varyansın % 61'inin açıklandığı ve maddelerin iki faktörde toplandığı görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucu uyum indeksi değerleri GFI = .96, AGFI = .92, RMR = .08, NNFI = .94, RFI = .90, CFI = .96 ve RMSEA = .077 olarak bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı 0.84, test tekrar test güvenirlik kat sayısı Eyleyici Düşünce boyutu için 0.81, Alternatif Yollar Düşüncesi boyutu için 0.78 ve ölçeğin toplam puanı için 0.86 olarak hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda SUÖ'nün Türkçe formunun psikometrik özellikleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuş, ölçeğin üniversite öğrencilerinin umud düzeylerinin ölçümünde kullanılabilir bir araç olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sürekli Umud Ölçeği, umud, alternatif yollar düşüncesi, eyleyici düşünce, ölçek uyarlama.

Abstract

The purpose of this study is to examine the psychometric properties of Turkish form of Dispositional Hope Scale that was developed by C.R. Snyder, et al.. The study was conducted on 676 university students. Dispositional Hope Scale, Satisfaction with Life Scale, UCLA Loneliness Scale, Trait Anxiety Inventory and Beck Hopelessness Scale were used as data collection tools. It was found that total variance was explained as 61% in exploratory factor analysis and the items were gathered under two factors. Fit index values as the result of Confirmatory Factor Analysis were found GFI = .96, AGFI = .92, RMR = .08, NNFI = .94, RFI = .90, CFI = .96 and RMSEA = .077. Internal consistency coefficient was found 0.84 and test re-test reliability was found as 0.81 for Actuating Thinking Dimension, 0.78 for Alternative Ways Thinking Dimension and 0.86 for the total points of the scale. The psychometric properties of the Turkish form of DHS was found at acceptable level at the end of the analysis conducted and concluded that the scale could be used as a tool for measuring the hope levels of university students.

Keywords: Dispositional Hope Scale, hop, pathways thinking, agency thinking, scale adaptation.

¹ Bu çalışma birinci yazarın Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nde Prof. Dr. Hasan Bacanlı danışmanlığında tamamlanan "Umudun Özyeterlik, Algılanan Sosyal Destek ve Kişilik Özelliklerinden Yordanması" (2012) konulu doktora tezinin bir bölümünün özeti niteliğindedir.

² Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi. E-mail: tarhansinem@gmail.com

³ Biruni Üniversitesi Eğitim Fakültesi. E-mail: hasan.bacanlı@gmail.com

Giriş

Umut, varoluşundan bugüne insanoğlunun hayatta kalmasını sağlayan, iyilik halini güçlendiren ve ruh sağlığını destekleyen süreçlerde aktif olarak kullanılan kavramlardan biridir. Stotland umudu bilişsel bir yapı olarak değerlendirerek “bir hedefi başarmak konusunda sıfırdan daha büyük bir beklenti” olarak tanımlamış, hedefe ulaşma konusunda algılanan olasılığın ve hedefin öneminin, umudun derecesini belirlediğini ifade etmiştir (Snyder, 1995, s.2). Staats ve Stassen’e (1985) göre ise umut; olumlu gelecek beklentilerinin olumsuz gelecek beklentileri üzerinde hâkim olmasıdır. İnsanın içinden gelen ve rahatlatıcı bir etkisi olan umut (Bloch, 2007), aynı zamanda bireyin dünyaya olan inancını, güvenini ve hayatın yaşamaya değer olduğu yönündeki düşüncesini içeren temel bir insanlık durumudur (Zournazi, 2004).

Umut bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlığı (Frankl, 2000), iyilik hali (Tsukasa ve Snyder, 2005), yaşam doyumu (Bailey ve Snyder, 2007; Cole, 2008), motivasyon düzeyleri (Snyder, Lapointe, Crowson ve Early, 1998), öz-yeterlikleri (Snyder, 2002) ve yaşam kaliteleri (Miller, 2007) üzerinde etkilidir. Terapi sürecinde değişiklikleri kolaylaştıran temel kavram olan umut, danışanın terapiye uyumunda, farkındalığının artırılmasında, terapi sürecinin değerlendirilmesinde, oturumun ve tedavi sonuçlarının değerlendirilmesinde kullanılır (Lopez, Ciarlelli, Coffman, Stone ve Wyatt, 2000). Umudun düzeyinin yüksekliği, sağlığın iyiliği ve tam fonksiyonda bulunmanın göstergesi iken, düşüklüğü kişisel üzüntü ve sıkıntıların göstergesi olarak yorumlanır (Martin, 2007). Şizofreni konusundaki çalışmaları ile tanınan İtalyan psikiyatrist Arieti bir insanı anlayabilmek için; insanın kendisi hakkındaki algıları, özsaygısı, kimliği, kendini tanımlaması, umudu ve geleceğe yönelik amaçları konusunda bilgi sahibi olunması gerektiğini ileri sürmüştür (Beck, 2008).

Snyder’a (2002) göre umut; bireylerin kendilerini, arzu edilen hedeflere giden yolları üretme, bu yolları harekete geçirme ve sürekli kullanma yeteneğine sahip olarak gördükleri, hedefe yönelik bir düşünce türüdür. Snyder, Feldman, Shorey ve Rand (2002a) umudu amaçlar, alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünce olmak üzere üç bileşenle açıklamıştır.

Bireyin temel ihtiyacı, özgürce seçtiği ve uğruna çaba göstermeye değer bulduğu bir amacı olması ve bunu gerçekleştirmek için mücadele etmesidir (Frankl, 2000). Bu nedenle amaç umut teorisinin dayanak noktası olan bilişsel parçadır. Amaçlar kısa vadeden uzun vadeye kadar değişen zaman diliminde olabilecekleri gibi gerçekleşme ihtimali az olandan kesinlikle gerçekleşecek olana kadar farklı derecelerde olabilirler. Amaçlarda önemli olan; birey için bir değeri olması, ulaşılabilir olması ve bir derece belirsizlik içermesidir (Snyder, 2002, 2005; Snyder ve diğerleri, 2002a). Alternatif yollar düşüncesi; arzulanan amaçlara ulaşmada kullanılabilir yollar bulma kapasitesidir (Cheavens, Feldman, Woodward ve Snyder, 2006). Bu boyut kişinin normal ya da zorlu koşullar altında arzulanan hedefler için başarılı planlar yapabilme ve yollar üretebilme kapasitesine ilişkin algısıdır (Snyder ve diğ., 1991; Snyder, Rand, King, Feldman ve Woodward, 2002b). Amaca ulaşma sürecinde engellerle karşılaşıldığında, alternatif yollar düşüncesi yeni çözümler üretilmesini, “bunu çözmek için bir yol bulacağım” vb. içsel konuşmalarla alternatiflerin güçlendirilmesini ve amaca ulaşılmasını sağlar (Snyder, 2005; Snyder, LaPointe, Crowson ve Early, 1998). Eyleyici düşünce; amacı elde etmeyi isteme ve amacı elde edebilmek için kendisinde güç hissetme olarak tanımlanmaktadır. Bu boyut geçmişte, içinde bulunulan zamanda ve gelecekte hedefi elde etmede, başarılı kararlar verildiğine/ verilebileceğine ilişkin duygu ve düşüncelere karşılık gelir (Snyder ve diğ., 1991). Eyleyici düşünce umut teorisindeki motive edici parçadır, engellerle karşılaşıldığında alternatif yollar yaratmak ve seçmek için güç verir (Snyder, 2002). Snyder ve diğerlerine göre alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünceler karşılıklı ve olumlu yönde ilişkilidir. Bu nedenle hiçbir bileşen tek başına umudu tanımlayamaz (Edwards, 2009).

Umut düzeyi yüksek kişiler daha fazla yaşam amacına sahiptirler ve bu amaçlara ulaşmak için daha fazla strateji üretebilirler. Ayrıca kendilerine güvenli, canlı, enerjik, istekli ve zorluklarla başa çıkabilecek güçtedirler, önemli bir zorlukla karşılaşınca başarısızlıktan çok amacı takip

etmeye odaklanır, uyum sağlayıcı başa çıkma stratejilerine güvenirlir (Snyder ve diğ., 1991). Sürekli Umut Ölçeğinin Eyleycilik Boyutu bireylerin amaçlarının peşinden giderken algıladıkları motivasyonlarını, Alternatif Düşünceler boyutu ise amaca ulaşma sürecinde uygulanabilir yollar belirlemelerine yönelik sahip oldukları becerilerini ortaya koymaktadır (Lopez ve diğ., 2000). Umut düzeyinin belirlenmesi gerçekçi amaçlar oluşturma, motive olma ve karşılaşılan engellere rağmen hedefe yönelik davranışlarını sürdürme konusunda bireye yardım etme sürecinde odak noktası olacaktır.

Umut Düzeyinin Belirlenmesi

İnsanın ruh ve beden sağlığı için son derece önemli bir kavram olan umut, 1960'lerden itibaren işlevsel bir yaklaşımla incelenmeye başlanmıştır, umudun tanımlanabilir, ölçülebilir olduğu algısı gelişmiş ve umut sorunlarla başa çıkma yöntemi olarak önem kazanmıştır (Snyder, 1995; Snyder, 2000). Umut sağlıklı bireyler için olduğu kadar hasta bireyler içinde önemlidir. Özellikle hastalıklarla başarılı bir şekilde başa çıkılmasında (Miller, 2007), kronik hastaların ve hayati tehlikesi olanların yaşam süresi ve kalitesi üzerinde (Stoner, 2004) büyük ölçüde etkilidir. Bu doğrultuda umudu belirlemeye yönelik çalışmaların hem sağlıklı hem de hasta bireyler üzerinde yapıldığı tespit edilmiştir.

Herth Umut İndeksi (Aslan, Sekmen, Kömürcü ve Özet, 2007), Herth Umut Ölçeği, Stoner Umut Ölçeği, Time Opinion Survey, Nowotny Umut Ölçeği ve Miller Umut Ölçeği kronik düzeyde hasta bireylerin umut düzeylerini belirlemeye yönelik olarak geliştirilen ölçeklerdir. Söz konusu ölçekler hasta bireylerce umudun tanımlanması, umutlarını etkileyen bireysel inançları, hastalık dereceleri, bakım veren kişiler ve aileleri ile ilişkileri, manevi stratejileri, dünya görüşleri gibi bileşenleri içermektedir (Stoner, 2004).

Sağlıklı bireyler örneğinde geliştirilen ölçekler ise şu şeklide sıralanabilir. Gottschalk tarafından geliştirilen ve umudun olumlu ya da olumsuz düzeylerine ilişkin göstergeleri ağırlıklı olarak belirleyip gruplandırarak umudu ölçmeyi amaçlayan "Gottschalk-Gleser Umut Ölçeği", Stotland tarafından oluşturulan teorik yapı çerçevesinde gelecek yönelimli amaçlar ve bunlara ulaşma olasılığının önemini temel alarak Erikson, Post ve Paige tarafından geliştirilen "Erikson, Post ve Paige Umut Ölçeği", Obayuwana ve arkadaşları tarafından Kübler- Ross'un yas aşamaları ve Engel'in vazgeçme karmaşasının beş özelliği analiz edilerek geliştirilen "Umut İndeks Ölçeği" ile Staats tarafından geliştirilen indeks umudun duygusal yönünü vurgulayan "Umut Ölçeği" (Stoner, 2004). Söz konusu ölçekler umut konusundaki farklı teorik yapıları temel almakta, farklı bileşenler doğrultusunda umudu belirlemeye çalışmaktadır.

Umudun belirlenmesi konusunda son yıllarda ölçek çalışmalarında Snyder'in umut modeli temel alınmaktadır. Bu doğrultuda farklı yaş gruplarına yönelik olarak geliştirilen 5 ölçek mevcuttur. Sürekli Umut Ölçeği (Snyder ve diğ. 1991), Durumluk Umut Ölçeği (Snyder ve diğ. 1996), Çocuklar İçin Umut Ölçeği (Snyder ve diğ., 1997), Sympson tarafından geliştirilen Özel Alan Umut Ölçeği ve McDermott, Hastings, Gariglietti ve Callahan tarafından geliştirilen Küçük Çocuklar İçin Umut Ölçeği. Ayrıca standart ölçekler yanında görüşme yöntemi ve nitel çalışmalardan da yararlanılmaktadır. Bunlardan biri görüşme yöntemi diğeri Vance tarafından geliştirilen Öyküsel Umut Ölçeği'dir. Görüşme yönteminde umut, bileşenleri ve engeller konusunda sorular kullanılır. Hem çocuklara hem yetişkinlere yönelik bir yöntem olan öyküsel yaklaşımda ise mektup, hikâye, şiir, günlük vb. yazdırılarak umudun bileşenlerine ve karşılaşılan engellere ne kadar odaklanıldığına bakılır (Lopez ve diğ. 2000).

Bu çalışmanın konusu olan SUÖ, farklı dillere çevrilmiş ve farklı kültürlerde de kullanılmıştır. SUÖ'nin Japonca'ya uyarlama çalışmasında doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, eyleycilik ve alternatif düşünce yolları boyutları belirlenmiştir. 113 kişi üzerinde yapılan test tekrar test güvenirlilik katsayısı .81 ile .84 arasında olarak tespit edilmiştir. Ölçüt bağıntılı

geçerlik çalışması için 550 kişiye ulaşılmış, umut ile iyimserlik, özsaygı ve öz-yeterlik arasındaki ilişki incelenmiştir. Ölçeğin Japon versiyonuna göre elde edilen sonuçların geçerliği yüksektir. Japon örnekleme için umudun stres tepkileri, umutsuzluk, depresyon eğilimi ve sürekli anksiyete ile negatif yönde ilişkili, mutlu hissetme ile pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Tsukasa ve Snyder, 2005). Arapçaya uyarlanan SUÖ'nin faktör analizinde ölçek maddelerinin iki alt boyutta toplandığı, ölçeğin toplam varyansın % 46.4'ünü açıkladığı, test tekrar test güvenilirliğinin alternatif yollar düşüncesi için .76, eyleycilik düşüncesi için .73 ve ölçeğin toplamı için .81 olduğu tespit edilmiştir. Arap örnekleme için SUÖ iyimserlik, özsaygı, yaşam doyumu, fiziksel sağlık gibi değişkenlerle pozitif, kötümserlik ve kaygı ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur (Abdel-Khalek ve Snyder, 2007).

Yurt dışında umudu, kendi bileşenleri üzerinden belirlemeye yönelik ölçekler geliştirilmiş olmasına rağmen Türkiye'de bu amaçla ile geliştirilen/ uyarlanan ölçek sayısı sınırlıdır. Ülkemizdeki araştırmalar (Akalin, 2006, Öz, 2006, Esenay, 2007, Köktuna, 2007, Şahin, 2007) incelendiğinde umut konusunun yaygın olarak umutsuzluk temel alınarak ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılarak belirlenmeye çalışıldığı görülmüştür. Umudu doğrudan belirlemek amacı ile Snyder ve diğ. (1991) tarafından geliştirilen Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ) de mevcuttur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması ile ilgili ilk çalışmalar Akman ve Korkut (1993) tarafından yapılmış, ölçeğin orijinalinden farklı olarak tek boyutlu bir yapı sergilediği, iç tutarlılık katsayısının .65, test tekrarı güvenilirliğinin .66 olduğu belirlenmiştir. Denizli (2004) tarafından yapılan diğer bir çalışmada da SUÖ'nin toplam varyansın %31'ini açıklayan tek boyutlu bir yapıya ulaşılmıştır. Bu sonuçlar SUÖ üzerinde tekrar çalışılması düşüncesini gündeme getirmiştir.

Ayrıca Aslan ve diğ. (2007) tarafından Türkçe'ye çevrilen Herth Umud İndeksi de kullanılmaktadır. Herth (1992) tarafından geliştirilen ve geçerlik güvenirlik çalışmaları akut, kronik ve terminal dönemdeki hastalar üzerinde yapılan indeksin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları da kanserli hastalar üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle ölçek sağlıklı kişilerden veri toplama sürecinde kullanılmamaktadır.

Umudu, umut ölçeği ile belirlemek, Snyder tarafından ortaya konan umut modelini ülkemiz koşullarında işlevsel hale getirebilmek çalışmanın çıkış noktası olmuştur. Bu çalışma Snyder ve diğ. (1991) tarafından geliştirilen SUÖ'nin Türkçe versiyonunun psikometrik özellikleri ve faktör yapısının orijinal ölçekle tutarlılığını belirlemek ve bu ölçeği ülkemiz literatürüne kazandırmak amacı ile yapılmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Bu araştırmada üç farklı çalışma grubundan veri toplanmıştır. İlk çalışma grubu Gazi, Ankara ve Başkent Üniversitesi'nde öğrenim gören ve seçkisiz yolla belirlenen 288 öğrenciden oluşmaktadır. Öğrencilerin 199'u (% 70) kadın ve 89'u (% 30) erkektir. Bu katılımcılara faktör analizine veri sağlamak amacı ile SUÖ uygulanmıştır. Test tekrarı güvenilirliği uygulaması yapılan ikinci çalışma grubu Gazi ve Hacettepe Üniversitesinin farklı bölümlerinde okuyan öğrencilerden oluşan 184'den oluşmaktadır. Katılımcıların 113'ü (% 61.4) kadın, 71'i (% 38.6) erkektir. Araştırmada SUÖ'nün ölçüt bağımlı geçerlik düzeyini güçlendirmek amacı ile Gazi ve Ankara Üniversitesi öğrencilerinden toplam 204 kişilik öğrenci grubuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin 132'si (% 65) kadın, 72'si (% 35) erkektir. Bu öğrenciler üçüncü çalışma grubunu oluşturmaktadır. Araştırmada toplam 676 üniversite öğrencisine ulaşılmıştır. Ölçüt bağımlı geçerlik çalışmasında bu çalışma grubuna ilk iki çalışma grubundan farklı olarak SUÖ yanı sıra Yaşam Doyumu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Sürekli Kaygı Envanteri ve Beck Umutsuzluk Ölçeği uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sürekli Umut Ölçeği: On beş yaş ve üstündeki bireylerin sürekli umut düzeylerini belirlemek amacı ile Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilen SUÖ 12 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Alternatif Yollar Düşüncesi ve Eyleyici Düşünce olarak isimlendirilen alt boyutların her biri dörder madde ile ölçülmektedir. Bu dörder maddenin bir tanesi geçmişe, iki tanesi içinde bulunulan zamana, bir tanesi de geleceğe yönelik ifadeleri içermektedir. Diğer dört madde umutla ilgisi olmayan dolgu maddelerden oluşmaktadır.

Bireylerden maddelerdeki ifadelerin kendi durumlarını yansıtmaya derecelerini Likert tipi sekizli bir derecelendirme ölçeği üzerinde işaretlemeleri istenmektedir. Ölçek puanlanırken dolgu maddelerine puan verilmemekte, Alternatif Yollar Düşüncesi ve Eyleyici Düşünce alt boyutlarından elde edilen puanlar toplanarak Sürekli Umut Ölçeği toplam puanı elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan 64'dür (Lopez ve diğ., 2000).

Ölçeğin iç tutarlılık katsayılarının Eyleyici Düşünceler bileşeni için .71 ile .76, Alternatif Yollar Düşüncesi bileşeni için .63 ile .80, ölçeğin toplamı için .74 ile .84 arasında olduğu tespit edilmiştir. Test tekrarı yöntemi ile yapılan güvenilirlik çalışmasında ölçeğin güvenilirlik katsayıları 3 hafta ara ile .85, 8 hafta ara ile .73 ve 10 hafta ara ile .76 olarak bulunmuştur. (Snyder ve diğ., 1991).

Benzer ve ayırıcı ölçek geçerliği çalışması üniversite öğrencileri ile hastanede psikiyatrik tedavi gören bireyler üzerinde yapılmıştır. Yaşam Yönelimi Testi (Scheier ve Carver, 1985) ile SUÖ arasındaki ilişki .50 ve .60, Başarı İçin Genellenmiş Beklenti Skalası (Fibell ve Hale, 1978) ile SOÖ arasındaki ilişki .55 ve .54, Yaşam Beklentileri Ölçeği (Burger ve Cooper, 1979) ile SUÖ arasındaki ilişki .54, Özsaygı Ölçeği (Rosenberg, 1965) ile SUÖ arasındaki ilişki .58 olarak tespit edilmiştir. Umutsuzluk Ölçeği (Gibb, 1990) ile SUÖ arasındaki ilişki -.51, Beck Depresyon Ölçeği (Beck ve diğerleri, 1961) ile SUÖ arasındaki ilişki -.42, Manifest Kaygı Belirleme Ölçeği (Taylor, 1953) ile SUÖ arasındaki ilişki -.47, Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği (Spielberger, Gorsuch ve Luchene, 1970) arasındaki ilişki -.58 olarak belirlenmiştir (Snyder ve diğ., 1991).

UCLA Yalnızlık Ölçeği: Bireyin yalnızlık derecesini belirlemek amacı ile Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından tekrar gözden geçirilen ve Demir (1989) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Maddelerde sosyal ilişkilerle ilgili duygu veya düşünce belirten bir durum verilmekte, bireyden bu durumu ne derece sıklıkla yaşadığını dörtlü bir dereceleme üzerinde belirtmesi istenmektedir. Puanın artması yalnızlık düzeyinin yoğunluğunu belirtmektedir. Psikiyatri kliniğine ve bir üniversitenin sağlık merkezine başvuran ve "nörotik depresif" tanısı almış 36 hasta ve sağlıklı 36 denek üzerinde yapılan analizler sonucunda ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .96, test tekrar test güvenilirliği ise .94 olarak tespit edilmiştir.

Sürekli Kaygı Envanteri: Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından geliştirilen, Öner ve Le Compte tarafından Türkçeye uyarlanan envanter, bireyin "genellikle nasıl hissettiğini" betimlemesini gerektiren 20 maddeden oluşmaktadır. Envanterden alınabilecek toplam puan 20-80 arasındadır. Puanın yüksekliği kaygı seviyesinin yüksekliğini gösterir (Öner ve Le Compte, 1985; Öner, 1997). Envanterin Türkçe versiyonunun Kuder Richardson 20 ile hesaplanan güvenilirliğinin 83 ile .87 arasında, madde güvenilirliğinin .34 ile .72 arasında, test tekrar test güvenilirliğinin ise .71 ile .86 arasında değiştiği saptanmıştır (Öner ve Le Compte, 1985).

Beck Umutsuzluk Ölçeği: Beck, Lester ve Trexler tarafından geliştirilen ve kendini değerlendirme türünde olan ölçek 20 maddeden oluşmaktadır (Öner, 1997, Durak, 1994). Ölçek, "gelecek ile ilgili duygular", "motivasyon kaybı" ve "gelecek ile ilgili beklentiler" olmak üzere üç faktörden oluşmakta ve bireyin geleceğe yönelik karamsarlık derecesi saptanmaya çalışılmaktadır (Durak- Batıgün, 2008). Ölçekten alınabilecek puan 0-20 arasında değişmektedir. Elde edilen toplam puan umutsuzluk puanını ifade etmektedir. Seber'in çalışmasında Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .86, test tekrar test sonucu elde edilen korelasyon katsayısı ise $r = .73$ olarak

belirlenmiştir (Akt. Durak, 1994). Durak'ın (1994) çalışmasında ise ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .85 olarak tespit edilmiştir. Bu katsayı intihar girişiminde bulunan grup ve depresyon tanısı almış hastalar için de sırasıyla .81 ve .82 olarak belirlenmiştir. Durak ve Palabıyıkoglu (1994) tarafından yapılan geçerlik çalışmalarında Beck Depresyon Ölçeği kriter alınarak belirlenmiş normal grup, kronik-fiziksel hastalar ve psikiyatrik hastalardan oluşan örneklem gruplarında iki ölçek arasındaki korelasyon katsayıları .68 ve .71 olarak tespit edilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Bireylerin yaşam doyumu düzeylerini belirlemek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ölçek, Türkçe'ye Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından uyarlanmıştır. Ölçekten alınabilecek puanlar 5-35 arasında değişmekte, puanın yüksek olması yaşam doyumunun yüksekliğini işaret etmektedir. Köker'in çalışmasında test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 olarak saptanmış, Yetim'in çalışmasında ise ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .86 ve test-tekrar test yöntemi ile belirlenen güvenilirlik katsayısı .73 bulunmuştur.

İşlem

Sürekli Umut Ölçeği, Türkçe ve İngilizce dillerine hâkim, psikolojik danışma ve rehberlik alanında uzman iki kişi tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Çeviriler daha sonra Akman ve Korkut (1993) ile Bacanlı (2009) tarafından yapılan iki ayrı çeviri ile karşılaştırılmış ve en uygun ifadeler alınmıştır. Türkçe çevirisi tamamlanan SUÖ bir Türk Dili ve Edebiyatı uzmanı tarafından incelenmiştir. SUÖ'nün geçerlik çalışmasında yapı ve ölçüt bağımlı geçerliği incelenmiş, ölçeğin yapı geçerliği ortaya koymak üzere açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçüt bağımlı geçerliğini incelemek üzere SUÖ'nün Yaşam Doyumu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Sürekli Kaygı Envanteri ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ile korelasyonuna bakılmıştır. Güvenirlik çalışmasında ise iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve test tekrar test yöntemi uygulanmıştır. Verilerin analizi için SPSS 15.00 ve AMOS programları kullanılmıştır.

Bulgular

Yapı geçerliği

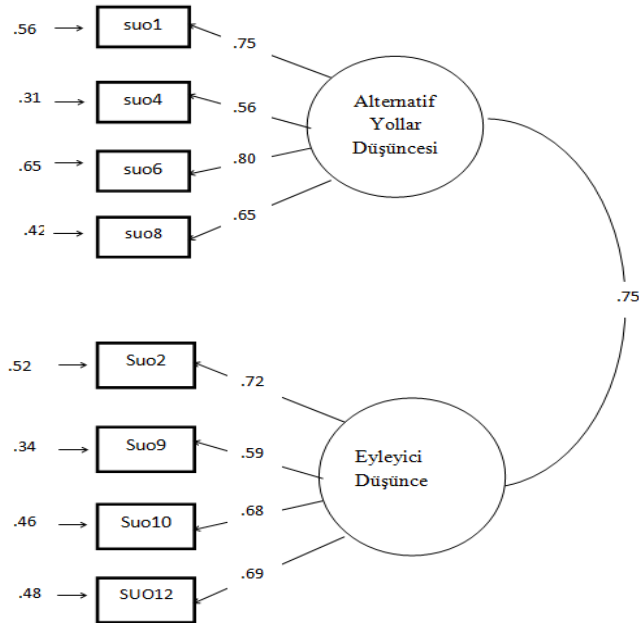
Faktör Analizi

SUÖ'nin yapı geçerliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. Ölçeğin Türkçe formunun orijinal ölçeğe benzer şekilde iki faktörlü bir yapı sergileyip sergilemeyeceğini belirlemek amacı ile açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi ile ölçeğin boyutları incelenmiş, Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testi ile verilerin faktör analizine uygunluğu test edilmiştir. KMO değeri .90 mükemmel, .80 çok iyi, .70 iyi, .60 orta ve .50 zayıf olarak değerlendirilmektedir. Bu uygulamada KMO değeri .862 bulunmuştur ve çok iyi olarak kabul edilmiştir. Bartlett's test of Sphericity değeri ise 760,997 olarak hesaplanmıştır ($p < .01$). Analiz sonunda SUÖ'nün orijinal ölçeğe benzer şekilde iki faktörlü bir yapıya sahip olduğu, faktör dağılımının yine orijinal ölçektekine benzer şekilde 1., 4., 6. ve 8. maddenin Alternatif Yollar Düşüncesi faktöründe, 2., 9., 10. ve 12. maddenin Eyleyici Düşünceler faktöründe olacak şekilde yer aldığı belirlenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .83 ve KMO değeri .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu hali ile toplam varyansın % 61'ini açıkladığı belirlenmiştir. Temel Bileşenler Analizi yapılmış ve eğik döndürme yönteminden faydalanılmıştır. Ölçekte özdeğeri 1'den büyük iki faktör tespit edilmiş ve bunların toplam varyans içinde sorumlu olduğu varyans miktarları açıklanmaya çalışılmıştır. Ölçeğin faktör yapısı, faktör yükleri ve açıkladıkları varyans oranlarına ilişkin bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. *SUÖ’de alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünceyi temsil eden 8 maddenin faktör yapısı, faktörlere yükleri ve açıkladıkları varyans oranları*

Maddeler	F1	F2
8. Başkalarının ümitsizliğe kapıldığı durumlarda bile sorunu çözecek bir yol bulabileceğimi bilirim.	.81	-.05
4. Bir problemin birçok çözüm yolu vardır.	.76	-.08
1. Sıkıntılı bir durumdan kurtulmak için pek çok yol düşünebilirim.	.75	.11
6. Hayatta önem verdiğim şeylere ulaşmak için pek çok yol düşünebilirim.	.63	.30
10. Hayatta oldukça başarılıyım.	-.16	.91
12. Kendim için koyduğum hedeflere ulaşıyorum.	-.04	.80
2. Enerjik bir biçimde amaçlarıma ulaşmaya çalışırım.	.19	.66
9. Geçmiş yaşantılarım beni geleceğe iyi hazırladı.	.22	.54
Özdeğer	3.79	1.1
Açıklanan Varyans %	47.34	13.75
Toplam Açıklanan Varyans %	47.34	61.09

SUÖ’nin yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile incelenmiştir. Ölçeğin iki faktörlü yapısının Türk katılımcılardan oluşan örnekleme doğrulanıp doğrulanmayacağını belirlemek üzere DFA yapılmıştır. DFA, kuramsal bir temelden destek alarak pek çok değişkenden oluşturulan faktörlerin gerçek verilerle ne derece uyum sağladığını değerlendirmeye yönelik bir analizdir (Sümer, 2000). DFA’dan önce ilk olarak faktör analizi varsayımları gözden geçirilmiş aykırı değer bulunmadığı, çoklu bağlantı ve teklik sorunu yaşanmadığı belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucu uyum indeksleri GFI = .96, AGFI = .92, RMR = .08, NNFI = .94, RFI = .90, CFI = .96 ve RMSEA = .077 olarak hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi için AMOS uygulaması ile elde edilen model Şekil 1. de gösterilmiştir.



Şekil 1. *SUÖ’ne ilişkin pathdiagramı ve parametre tahminleri*

Ölçüt Bağımlı Geçerlik

Ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında Yaşam Doyumu Ölçeği ile SUÖ arasındaki ilişki ($r = 0.33$; $p < .001$), UCLA Yalnızlık Ölçeği ile SUÖ arasındaki ilişki ($r = -0.40$; $p < .001$), Sürekli Kaygı Ölçeği ile SUÖ arasındaki ilişki ($r = -0.17$; $p < .001$) ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ile SUÖ arasındaki ilişki ($r = -0.40$; $p < .001$) olarak bulunmuştur.

Tablo 2. SUÖ'nin, UCLA Yalnızlık, Kaygı, Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Ölçekleri ile Korelasyonları

Değişkenler	Umut Toplam	Yalnızlık	Kaygı	Yaşam Doyumu	Umutsuzluk
Umut Toplam	1				
Yalnızlık	-.40**	1			
Kaygı	-.17*	.19**	1		
Yaşam Doyumu	.33**	-.42**	-.06	1	
Umutsuzluk	-.40**	.52**	.23**	.47**	1

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$

Güvenirlilik

Test Tekrarı Güvenirliliği: SUÖ'nde Eyleyici Düşünce boyutuna ilişkin maddelerin ilk ve son uygulaması arasındaki ilişki ($r = 0.81$; $p < .001$), Alternatif Yollar Düşüncesi boyutuna ilişkin maddelerin ilk ve son uygulaması arasındaki ilişki ($r = 0.78$; $p < .001$), ölçekten elde edilen toplam puan kullanılarak hesaplanan ilişki ($r = 0.86$; $p < .001$) olarak bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda Türkçe'ye çevrilen SUÖ'nün orijinal ölçekle tutarlı bir yapıda, psikometrik özelliklerinin tatminkâr düzeyde olduğu tespit edilmiş, ölçeğin ülkemiz koşullarında geçerli ve güvenilir bir araç olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin aynı zamanda ruh sağlığı yerinde olan ve olmayan bireyleri ayırmada konusunda da geçerli ve güvenilir veriler sağladığı belirlenmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilen Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçe'ye çevrilmesi, geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yapılması amaçlanmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda, orijinal ölçekteki faktör yapısı ile tutarlı bir şekilde iki alt boyut elde edilmiş, doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ile bu iki faktörlü modelin geçerli bir model olduğu desteklenmiştir. İki faktörlü yapı toplam varyansın yaklaşık olarak % 61'ini açıklamaktadır. Bu çalışmada orijinal ölçekle tutarlı şekilde Alternatif Yollar ve Eyleyici Düşünce boyutlarının birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu, ölçeğin iç tutarlılık ve test tekrar test sonuçlarının kabul edilen sınırlar dâhilinde olduğu tespit edilmiştir.

Yaşam doyumu da umut gibi pozitif psikolojinin önemli kavramlarından biridir ve ruh sağlığı çalışmalarında üzerinde önemle durulmaktadır. SUÖ puanları ile Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasında olumlu yönde bir ilişki tespit edilmesi daha doyumlu bir yaşam için umutlu düşünmenin önemine dikkat çekmektedir. Valle, Huebner ve Suldo (2006) umut düzeyinin yüksekliğinin yaşam doyumunun yüksekliğini etkilediğini, Cole (2008) ise yaşam doyumunun bireyin amaçlarına ulaşmaya ne kadar yakın olduğu ile ilgili olduğunu, amaçlara ulaşmaya yakın olmanın yaşam doyumunu artırdığını, herhangi bir engel nedeni ile uzaklaşmanın yaşam doyumunu düşürdüğünü belirtmektedir.

Araştırmada UCLA Yalnızlık ölçeği puanları ile SUÖ puanları arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Edwards (2009) umut düzeyi yüksek yetişkinlerin diğerlerine daha güçlü bağlandıkları, daha az yalnızlık ve daha çok sosyal destek yaşadıklarını bildirmektedir. Bu nedenle umutlu bireylerin yalnızlık düzeyleri düşüktür.

Sürekli Kaygı Envanteri ile SUÖ puanları arasında negatif yönde düşük ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sürekli kaygı bireyin kaygı yaşantısına yatkınlığı, içinde bulunduğu durumları genellikle stresli olarak algılama ya da stres olarak yorumlama eğilimidir (Öner ve LeComte, 1985). Kaygı insanın tehlikelerden korunmasını ve varlığını devam ettirmesini sağlayan en temel duygulardan biridir. Kaygı, derecesine ve gerçekliğine bağlı olarak bireyin duygu ve düşünceleri olumlu olduğu kadar olumsuz etkilenme gücüne de sahiptir. Fakat umut düzeyi yüksek kişiler amaçlarına ulaşma sürecinde engellerle karşılaştıklarında “bunu yapabilirim, vazgeçmeyeceğim” vb. güdüleyici ve harekete geçirici ifadeler kullanırlar (Snyder ve diğ., 1998). Bu nedenle umut ile kaygı farklı fakat ilişkili yapılarıdır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği puanları ile SUÖ puanları arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki söz konusudur. Folkman (2010) umutsuzluğu; çaresizlik, depresyon ve yaşama isteği kaybının en kötü hali olarak tanımlarken, Beck, bireyin objektif ve gerçekçi bir nedeni olmadığı halde yaşantısına olumsuz anlamlar yüklemesini, amaçlarına ulaşmak için çaba harcamamasını ve olumsuz sonuçlar beklemesini umutsuzluk olarak tanımlamıştır (Durak ve Palabıyıköğlü, 1994). Söz konusu bu özellikleri nedeni ile umut, umutsuzluktan farklı fakat ilişkili bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır.

Umut, iyimserlik, iyilik hali, özsaygı, özyeterlik, problem çözme gibi pek çok olumlu ve umutsuzluk, çaresizlik, depresyon gibi pek çok olumsuz kavramla ilişkili olmakla birlikte anlam ve bileşen olarak söz konusu tüm bu kavramlardan farklıdır. Bu nedenle araştırmada umut kavramını ülkemiz için işlevsel hale getirmek ve bileşenlerinin neler olduğunu tespit etmek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda orijinal ölçeğe benzer iki boyutlu bir yapı ortaya çıkması ve analiz sonuçlarının istatistiksel olarak kabul edilebilir ölçüler içinde olması, umudun Türk toplumunda da eyleycilik düşüncesi ve alternatif yollar düşüncesi ile açıklanabileceğini ortaya koymaktadır. Diğer bir ifade ile bu çalışmanın sonucunda umutta bir amaç belirlemenin, bu amacı gerçekleştirmek için çalışmanın ve engellerle karşılaşıldığında amaca ulaşmak için alternatif yollar belirlemenin Türk toplumu için de önemli olduğu belirlenmiştir denebilir. Bu nedenle Sürekli Umut Ölçeği'nin psikolojik danışma ve rehberlik alanında bireylerin kendilerini tanımları, gerçekçi amaçlar belirlemeleri, hayatlarını daha anlamlı yaşamaları, üretken ve mutlu olmaları konusunda yapılacak çalışmalara destek sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Abdel-Khalek, A., & Snyder, C.R. (2007). Correlates and predictors of an Arabic translation of the Snyder hope scale. *The Journal of Positive Psychology*, 2 (4), 228-235.
- Akalın, Ö. (2006). *Okul öncesi öğretmen adaylarının mesleki algıları ile geleceğe yönelik umut düzeylerinin karşılaştırılması* (Master's thesis). Available from Turkey Council of Higher Education Thesis Center. (Record No. 191749)
- Akman, Y. ve Korkut, F. (1993). Umut ölçeği üzerine bir çalışma. *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 193-202.
- Aslan, Ö., Sekmen, K., Kömürçü, Ş. ve Özet, A. (2007). Kanserli hastalarda umut. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 18-24.
- Bacanlı, H. (2009). [C.R. Snyder'in sürekli umut ölçeği uyarlama çalışması]. Yayınlanmamış Çalışma.
- Bailey, T. C., & Snyder, C. R. (2007). Satisfaction with life and hope: a look at age and marital status. *The Psychological Record*, 57, 233-240.

- Beck, A.T. (2008). *Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar* (çev. V. Öztürk ve A.Türkcan). İstanbul: Litera.
- Bloch, E. (2007). *Umut ilkesi, cilt 1* (çev. T. Bora). İstanbul: İletişim.
- Byrne, B.M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications and programming* (2nd ed.). New York: Routledge.
- Cheavens, J. S., Feldman, D. B., Woodward, J. T., & Snyder, C. R. (2006). Hope in cognitive psychotherapies: On working with client strengths. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20 (2), 135- 145.
- Cole, B. P. (2008). *Correlations between trait and academic measure of hope and the inventory on learning climate and student well-being* (Master's thesis). Available from ProQuest Dissertations & Theses (PQDT).(UMI No. 1450456).
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 14-18.
- Denizli, S. (2004). *The role of hope and study skills in predicting test anxiety levels of university students*. (Master's thesis). Available from Turkey Council of Higher Education Thesis Center. (Record No. 147792)
- Devrimci- Özgüven, H., Soykan, Ç., Haran, S. ve Gençöz, T. (2003). İntihar girişiminde kaygı ve depresyon belirtileri ile problem çözme becerileri ve algılanan sosyal desteğin önemi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (52), 1-11.
- Diener, E., Emmons, A. R., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- Durak, A. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği (BUÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 1-11.
- Durak-Batıgün, A. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: İletişim becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (62), 65-75.
- Durak, A. ve Palabıykoğlu, R. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği geçerlilik çalışması. *Kriz Dergisi*, 2 (2), 311-319.
- Edwards, L. M. (2009). Hope. In S. J. Lopez (Ed.), *The encyclopedia of positive psychology* (pp.487-491.) United Kingdom: Willey-Blackwell.
- Esenay, F. I. (2007). *Sağlıklı ve kanserli hastalarda umut* (Doctoral thesis). Available from Turkey Council of Higher Education Thesis Center. (Record No. 224625)
- Frankl, V. E. (2000). *İnsanın anlam arayışı* (7.basım). (çev. S. Budak). Ankara: Öteki.
- Folkman, S. (2010). Stres, coping and hope. *Psycho-Oncology*, 19, 901-908.
- Gotlib, I. H , & Hammen, C. L. (1997). *Psychological aspect of depression: towards a cognitive interpersonal integration*. England: John Wiley & Sons.
- Hisli, N. (1988). Beck depresyon envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6 (22), 118-122.
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 3-13
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Köktuna, Z. S. (2007). *Çözüm odaklı kısa terapi tekniğinin alt sosyo ekonomik seviyedeki kadınların geleceğe umut ile bakabilme ve boyun eğici davranışlarına etkisinin incelenmesi* (Master's thesis). Available from Turkey Council of Higher Education Thesis Center. (Record No.217695)
- Lopez, S. J. , Ciarlelli, R., Coffman, L. Stone, M., & Wyatt, L. (2000). Diagnosing for strengths: On measuring hope building blocks. In C.R.Snyder (Ed.), *Handbook of Hope Theory, Measures and Applications* (pp. 57-85). London: Academic Press.

- Martin, K. K. (2007). *Measuring hope: Is hope related to problem solving and criminal behaviour in offenders?* (Master's thesis). University of Toronto, Toronto.
- Miller, J. F. (2007). Hope: A Construct Central to Nursing. *Nursing Forum*, 42 (1), 12-19
- Moulden, H. M., & Marshall, W. L. (2005). Hope in the treatment of sexual offenders: The potential application of hope theory. *Psychology, Crime & Law*, 11(3), 329- 342.
- Öner, N. (1997). *Türkiye'de kullanılan psikolojik testler* (3. Basım) İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öner, N. ve Le Compte, A. (1985). *Durumluk / sürekli kaygı envanteri el kitabı* (2. baskı) İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları
- Öz, H. (2006). *Miyokart infarktüsü geçiren hastalarda umut, moral ve algılanan sosyal desteğin yaşam kalitesine etkisi* (Master's thesis). Available from Turkey Council of Higher Education Thesis Center. (Record No. 193591)
- Russell, D., Peplau, L.A., & Ferguson, M.L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.
- Russell, D., Peplau, L.A., & Cutrona, C.E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring and nurturing hope. *Journal of Counseling & Development*, 73, 355-360.
- Snyder, C. R. (2000). Hypothesis: there is hope. In C.R. Snyder (Ed.), *Handbook of Hope Theory, Measures and Applications* (pp. 3-18). San Diego: Academic Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C. R. (2005). Teaching: The lessons of hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(1), 72-84.
- Snyder, C. R., Feldman, D. B., Shorey, H.S., & Rand, K. L. (2002a). Hopeful choices: A school counselor's guide to hope theory. *Professional School Counseling*, 5 (5), 298- 307.
- Snyder, C. R., Rand, K. L., King, E. A., Feldman, D. B. , & Woodward, J. T. (2002b). False hope. *Journal of Clinical Psychology*, 58 (9), 1003-1022.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (4), 570-585.
- Snyder, C. R., Hoza, B., Pelham, W. E., Rapoff, M., Ware, L., Danovsky, M., & et al. (1997). The development and validation of the children's hope scale. *Journal of Pediatric Psychology*, 22(3), 399-421.
- Snyder, C. R., LaPointe, A. B., Crowson, J. J., & Early, S. (1998). Preferences of high and low-hope people for self-referential input. *Cognition & Emotion*, 12 (6), 807-823.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3 (6), 49-74.
- Staats, S., & Stassen, M. A. (1985). Hope: An affective cognition. *Social Indicators Research*, 17, 235-242.
- Steen, J. H. (2004). *Measuring the efficacy of the Snyder Hope Theory as an intervention with an in patient population* (Doctoral thesis). Available from ProQuest Dissertations & Theses (PQDT). (UMI No. 3136238)
- Stoner, M. (2004). Measuring hope. In M. Frank-Stromborg & S. J. Olsen (Eds.) *Instruments for clinical health-care research*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Şahin, S. (2007). *Diyaliz tedavisi alan bireylerin umut-umutsuzluk ve sosyal destek düzeyleri* (Master's thesis). Available from Turkey Council of Higher Education Thesis Center. (Record No. 195458)

- Teğin, B. (1980). *Depresyonda bilişsel bozukluklar: Beck modeline göre bir inceleme* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tsukasa K., & Snyder C. R. (2005). The relationship between hope and subjective well-being: Reliability and validity of the dispositional hope scale, Japanese version. *Japanese Journal of Psychology*, 76 (3), 227-234.
- Valle, M.F., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology*, 44, 393-406.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29 (3), 277-289.
- Zournazi, M. (2004). *Umut değişim için yeni felsefeler* (çev. U. Abacı). İstanbul:Literatür.

Extended Summary

Adaptation of the Dispositional Hope Scale into Turkish:

A validity and reliability study

Sinem Tarhan, Hasan Bacanlı

Introduction

Hope is one of the concepts which has enabled human beings to survive from the beginning of existence until now, and which is used actively in the process of strengthening an individual's well-being and supporting mental health. Stotland defined hope as "...an expectation greater than zero of achieving a goal" (Snyder, 1995, p.2), whereas Staats and Stassen (1985) defined it as the domination of positive expectations of future over the negative expectations of future. Whereas a high level of hope is an indicator of well-being of health and of being fully functional, low levels have been interpreted as an indicator of personal anxiety and distress (Martin, 2007).

According to Snyder (2002), hope is a kind of thinking that is linked to producing and activating the ability of individuals for continuous ways of achieving a desired goal. Snyder, Feldman, Shorey and Rand (2002a) explained that hope contains three components in the form of goals, thinking of alternative ways and actuating thinking.

The basic need of an individual is to have a goal that he or she freely chooses, and to find it worth the effort and struggle to realize it (Frankl, 2000). For that reason, a goal is the cognitive part, which is the support point of hope. The important point with regard to a goal is that it has a value, is accessible, and involves a level of uncertainty (Snyder, 2002; 2005). An alternative way of thinking is that it is the capacity to find ways of reaching the desired goal (Cheavens, Feldman, Woodward and Snyder, 2006). Actuating thinking is defined as the wish to achieve the goal and to find the strength to reach the goal. According to Snyder and et al., alternative ways of thinking and actuating thinking are correlative, and related in a positive manner. For that reason, no single component can define hope alone (Edwards, 2009).

The people with high levels of hope have more life goals and have more self-confidence with regard to achieving those goals. For that reason, they may develop more strategies in order to do so. Besides, the individuals with high levels of hope are self-confident, lively, energetic, eager and with strength to deal with any difficulties. They rather focus on pursuing the goal than on failure when they are faced with an important difficulty, and rely on coherent strategies in order to deal with them (Snyder et al., 1991).

A number of Turkish studies (Akalin, 2006, Öz, 2006, Esenay, 2007, Köktuna, 2007, Şahin, 2007) have been carried out related to hope, taking hopelessness as the basis and using the Beck Hopelessness Scale. The first studies on the Dispositional Hope Scale (DHS) were conducted by Akman and Korkut (1993) and Denizli (2004) and, in contrast to the original; the scale had a one-dimension structure. These results suggested the need to study the DHS again.

This study was conducted to determine the consistency of the psychometric features and the factor structure of the Turkish version of the DHS as developed by Snyder et al. (1991) with the original scale, and to establish this scale in the Turkish literature.

Method

In this study, data was collected from three different study groups involving a total of 676 university students. Structure and criteria correlation validity was examined as part of the DHS validity study, and exploratory and confirmatory factor analysis was conducted in order to prove the structural validity of the scale. The correlation of the DHS with the Satisfaction with Life Scale, the UCLA Loneliness Scale, the Continuous Anxiety Inventory and the Beck Hopelessness Scale was researched in order to examine the scale's correlated validity. The internal consistency coefficient was calculated in a reliability study, and the test-retest method was used. SPSS 15.00 and AMOS programs were used for the analysis of the data.

Results

At the end of the exploratory factor analysis, it was observed that the DHS showed a two-factor structure as in the original scale. In addition, the 1st, 4th, 6th and 8th articles were located at the Alternative Ways Thinking factor, and the 2nd, 9th, 10th and 12th articles were located at the Actuating Thinking Factor, as in the original factor distribution. The Cronbach Alpha coefficient of the scale was .837 and the KMO value was .862. It has been observed that the scale explained 61% of the variance in this state. At the end of the confirmation factor analysis, it was been observed that a .75 level meaningful relationship existed between the two sub-dimensions of the scale. The fit indexes were calculated as GFI = .96, AGFI = .92, RMR = .08, NNFI = .94, RFI = .90, CFI = .96 and RMSEA = .077 as a result of the confirmation factor analysis.

Within the scope of the scale's correlated validity, the relationship between the Satisfaction with Life Scale and the DHS was ($r = 0.33$; $p < .001$), between the UCLA Loneliness Scale and the DHS it was ($r = -0.40$; $p < .001$), between the Continuous Anxiety Scale and the DHS it was ($r = -0.17$; $p < .001$) and between the Beck Hopelessness Scale and the DHS it was ($r = -0.40$; $p < .001$).

In terms of test-retest reliability, the relationship between the first and the last application of the articles of the Actuating Thinking dimension of the DHS was calculated as ($r = 0.81$; $p < .001$), the relationship between the first and the last application of the articles of the Alternative Ways Thinking dimension was calculated as ($r = 0.78$; $p < .001$), and the relationship calculated by using the total points obtained from the scale was ($r = 0.86$; $p < .001$).

Conclusion

The main aim of this study is to make the "hope" functional in Turkey and to define its components. At the end of the analysis, it has been concluded that the DHS translated into Turkish was consistent with the original scale, and its psychometric features were at a satisfactory levels. Consequently, it can be used as a valid and reliable tool with university students.

Ek 1

Sürekli Umut Ölçeği Türkçe Formu

	Kesinlikle yanlış (1)	Çoğunlukla yanlış (2)	Oldukça yanlış (3)	Biraz yanlış (4)	Biraz doğru (5)	Oldukça doğru (6)	Çoğunlukla doğru (7)	Kesinlikle doğru (8)
1. Sıkıntılı bir durumdan kurtulmak için pek çok yol düşünebilirim.	1	2	3	4	5	6	7	8
2. Enerjik bir biçimde amaçlarıma ulaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7	8
3. Çoğu zaman kendimi yorgun hissedirim.*	1	2	3	4	5	6	7	8
4. Bir problemin birçok çözüm yolu vardır.	1	2	3	4	5	6	7	8
5. Tartışmalarda kolayca yenik düşerim.*	1	2	3	4	5	6	7	8
6. Hayatta önem verdiğim şeylere ulaşmak için pek çok yol düşünebilirim.	1	2	3	4	5	6	7	8
7. Sağlığım için endişelenirim.*	1	2	3	4	5	6	7	8
8. Başkalarının ümitsizliğe kapıldığı durumlarda bile sorunu çözecek bir yol bulabileceğimi bilirim.	1	2	3	4	5	6	7	8
9. Geçmiş yaşantılarım beni geleceğe iyi hazırladı.	1	2	3	4	5	6	7	8
10. Hayatta oldukça başarılıyım.	1	2	3	4	5	6	7	8
11. Genellikle endişelenecek bir şeyler bulurum.*	1	2	3	4	5	6	7	8
12. Kendim için koyduğum hedeflere ulaşırım.	1	2	3	4	5	6	7	8

*3., 5., 7., 11. maddeler dolgu maddeleridir.

Alternatif Yollar Düşüncesi: 1-4-6-8

Eyleyici Düşünce Alt Boyutu: 2-9-10-12