

## Skovholt Profesyonel Sağlık ve Öz Bakım Envanterinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması\*

Oya YERİN GÜNERİ<sup>1</sup>, Thomas M. SKOVHOLT, Fatma  
Zehra ÜNLÜ KAYNAKÇI & Gökçen AYDIN

Received: November, 29, 2017 ~ Accepted: December, 30, 2017  
Online Published: December, 31, 2017

**Suggested Citation:** Yerin Güneri, O., Skovholt, T. M., Ünlü Kaynakçı, F. Z., & Aydın, G. (2017). Skovholt Profesyonel Sağlık ve Öz Bakım Envanterinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *YILDIZ Journal of Educational Research*, 2(2), 1-18.

### Abstract

The current study aimed at adapting “Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory” (Skovholt, 2012) into Turkish and conducting its reliability and validity study. The participants of the study were 204 (141 female, 63 male) psychological counselors working in public schools or Guidance and Research Centers in Ankara. “Demographic Information Form” and “Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory (SPRI)” were used as data collection instruments. The results of Exploratory Factor Analysis (EFA) did not support the four-dimensional factor structure (Professional Vitality, Personal Vitality, Professional Stress and Personal Stress) proposed by Skovholt (2012) and indicated a unidimensional factor structure. However, Confirmatory Factor Analysis (CFA) conducted to test four-factor structure model yielded satisfactory results (Satorra-Bentler  $\chi^2/df = 1.97$ ,  $RMSEA = .07$ ,  $CFI = .94$ ,  $NNFI = .94$ ,  $SRMR = .08$ ). The internal consistency of the measure calculated by Cronbach Alpha was .92. Overall, the current study conducted with counselors working in public schools and Research and Guidance Centers provided evidence for the reliability and validity of SPRI.

*Keywords: Professional resilience and self-care, validity, reliability.*

### Öz

Bu çalışmada, “Skovholt Profesyonel Sağlık ve Öz bakım Envanteri”ni (SPSE) (Skovholt, 2012) Türkçeye uyarlamak, geçerlik ve güvenirliliğini sınamak amaçlanmıştır. Çalışmaya Devlet okullarında veya Rehberlik Araştırma Merkezlerinde (RAM) görev yapan 204 (141 kadın, 63 erkek) psikolojik danışman katılmıştır. Veriler “Kişisel Bilgi Formu” ve “Skovholt Profesyonel Sağlık

\* XIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde (7-9 Ekim 2015, Mersin) sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Corresponding Author: <sup>1</sup>Prof. Dr., Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara-Türkiye, e-posta: [guneri@metu.edu.tr](mailto:guneri@metu.edu.tr)

ve Özbakım Envanteri” ile toplanmıştır. Elde edilen verilere uygulanan Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) sonuçları, ölçek maddelerinin tek boyutlu bir yapıya işaret ettiğini göstermiştir. Ölçeğin Skovholt (2012) tarafından önerilen dört faktörlü yapısı (Mesleki Zindelik, Kişisel Zindelik, Mesleki Stres ve Kişisel Stres) Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile test edilmiştir. DFA bulguları, ölçek için önerilen dört faktörlü yapının doğrulandığını göstermiştir: (Satorra-Bentler  $\chi^2/df = 1.97$ ,  $RMSEA = 0.07$ ,  $CFI = .94$ ,  $NNFI = .94$ ,  $SRMR = .08$ ). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı için hesaplanan Cronbach alfa değeri .92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa değerleri de güvenilir sonuçlar vermiştir. Sonuç olarak, okullarda ve Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinde çalışan psikolojik danışmanlardan oluşan bir örneklem grubu ile yapılan bu çalışmada, “Skovholt Profesyonel Sağlık ve Özbakım Envanteri”nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğuna dair bulgular elde edilmiştir.

*Anahtar Kelimeler: Profesyonel sağlık ve öz bakım, geçerlik, güvenilirlik*

## Giriş

Psikolojik sağlık, kişinin riskli durumlarla veya zor koşullarla karşı karşıya kalındığında bu duruma olumlu bir biçimde uyum sağlaması olarak tanımlanmaktadır (Masten ve Powell, 2003). Psikolojik sağlamlığın tanımında olumlu sonuçların olma olasılığını artıran, zekâ, umut, iyi ebeveyn ve arkadaşlık ilişkileri gibi etmenler koruyucu faktörler (Masten, 2001; Rutter, 1985); kişilerin olumsuz sonuçlar yaşama olasılığını etkileyen fakirlik, aile içi şiddet gibi etmenler ise risk faktörleri olarak tanımlanmaktadır (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Her mesleğin, o meslekte çalışanların ruh sağlığı üzerinde çeşitli etkileri olabilmektedir. Ancak doktorluk, hemşirelik, psikolojik danışmanlık gibi fiziksel ya da ruhsal sağlık ile ilgili konularda güçlük yaşayan insanlara hizmet veren meslek alanlarında çalışanlar, ruh sağlıkları için risk oluşturabilecek etkenlere daha fazla maruz kalabilmektedirler (Skovholt, Grier ve Hanson, 2001).

Ülkemizde Rehberlik ve Psikolojik Danışma lisans programları mezunlarının büyük bir çoğunluğu Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda görev yapmaktadır (Korkut Owen ve Yerin Güneri, 2015). Bazı araştırmalar, psikolojik danışmanların hizmet verdikleri öğrenci sayısının fazla olması (Gündüz, 2012), kendilerini mesleki olarak yeterli hissetmeme (İkiz, 2010) gibi etkenler nedeniyle tükenmişlik yaşadıklarına işaret etmektedir. Yöneticilerin, velilerin ve öğretmenlerin, psikolojik danışmanlardan sanki ellerinde sihirli bir değnek varmış gibi öğrencilerle ve okulla ilgili problemleri

çözmelerinin beklenmesi de onların daha fazla stres yaşamalarına neden olmaktadır (Gündüz, 2012).

Tuzgöl-Dost ve Keklik (2012) tarafından gerçekleştirilen bir nitel araştırmada, psikolojik danışmanların görevlerinin zor yanlarına ilişkin görüşleri incelenmiştir. Bulgular, psikolojik danışmanların yarıdan çoğunun (% 53.7) “yönetici ve öğretmenlerin PDR hizmetlerine ilişkin önyargılı tutumu, bilgi eksikliği ve işbirliği yapmamaları” konusunu sorun olarak gördüğüne işaret etmiştir. Yine aynı çalışmada, psikolojik danışmaların “görev tanımının net olmaması ve unvan sorunu”, “sorumlu olunan öğrenci sayısının fazlalığı”, “gerçekçi olmayan ve görev alanı dışındaki beklentiler”, “ilgisiz ve iş birliği yapmayan veliler” gibi mesleki zorluklarla karşıya kaldıkları vurgulanmıştır.

Psikolojik danışmanlarda tükenmişliği artıran nedenler, bu meslek grubunda psikolojik sağlamlığın önemini de gündeme getirmektedir. Psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıklarını geliştirmeleri, danışanlarına daha verimli ve etkili bir yardım sağlayabilmeleri için oldukça önemlidir. Danışman ve danışan arasındaki ilişki anne-çocuk arasındaki ilişkiye benzer biçimde, tek yönlü bir önemsemeye ve fedakârlığa dayalıdır. Ancak, bu yönüyle bu yardım ilişkisi çoğu danışmanın tükenmişlik yaşamasına neden olabilmektedir (Skovholt, 2012). Ayrıca psikolojik danışmanların başkalarına yardım etme ile kendine bakma arasında bir denge kurma konusunda güçlük yaşadıkları belirtilmektedir. Bu bağlamda, Skovholt ve arkadaşları (2001) kişinin tükenmemek ve mesleki zindeliğini sürdürebilmek için, kendini tüketen düzeyde yardım severlikten uzak durmasının önemini vurgulamışlardır.

Uluslararası alan yazında psikolojik sağlamlığı ölçen çeşitli araçlar bulunmaktadır. Bunlardan sıklıkla kullanılanlardan bazıları, Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği (Connor ve Davidson, 2003), Yetişkinler için Psikolojik Sağlık Ölçeği (Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal, 2005), Ego Sağlık Ölçeği (Block ve Kremen, 1996) ve Psikolojik Sağlık ve Ergen Gelişim Ölçeğidir (WestEd, 2001). Türkiye’de de bazı psikolojik sağlık ölçeklerinin uyarlama çalışmalarının yapıldığı görülmektedir. Örneğin, Basım ve Çetin (2011) Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğini, Kararımak (2010) ise Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeğini Türkçeye uyarlamışlardır. Bu ölçme araçları ile yapılan çalışmalar ise

genel olarak yetişkin (örn; Arslan, 2015) ve ergen (örn; Gizir ve Aydın, 2006) gibi farklı yaş gruplarına; yoksulluk (örn; Arslan, 2015) ve depresyon (örn; Kararımak, 2010) gibi farklı risk durumlarına odaklanmıştır. Ancak ülkemizdeki alan yazında henüz yardım mesleklerinde çalışan yetişkinlerin psikolojik sağlamlığını ölçmeye yönelik bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıklarına ilişkin çalışmaların oldukça sınırlı olduğu gözlenmektedir. Bu durumun nedenlerinden birisi olarak bu konuda geliştirilen ölçme araçlarının olmaması gösterilebilir. Bu bağlamda, bu çalışmada psikolojik danışmanlarda psikolojik sağlamlık ile ilişkili risk ve koruyucu faktörleri belirlemek amacıyla Skovholt (2016) tarafından geliştirilen “Skovholt Uygulayıcıların Profesyonel Sağlamlık ve Öz bakım Envanteri (SPSE)”nin Türkçeye çevrilmesi, geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması amaçlanmaktadır. Bu ölçeğin orjinal İngilizce formuna ilişkin henüz herhangi bir geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmamıştır. Bu nedenle, bu çalışma SPSE'nin geçerliliğine ve güvenilirliğine ilişkin yapılan ilk araştırma olma niteliğini taşımaktadır. SPSE'nin psikolojik danışmanlar üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması, bu ölçme aracının alana kazandırılması yönünde önemli bir adım olacaktır. Bu adımın da, gelecekte yardım mesleklerinde çalışanların psikolojik sağlamlıklarına etki eden risk ve koruyucu faktörlerin belirlenmesine ilişkin yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı umulmaktadır.

## Yöntem

### Çalışma grubu

Araştırma kapsamında, 2014-2015 eğitim öğretim yılında Ankara'da Devlet okullarında veya RAM'larda çalışan 204 psikolojik danışmandan veri toplanmıştır. Çalışmanın katılımcılarının belirlenmesinde uygun örnekleme (convenient sampling) yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların 141'i (% 69) kadın, 63'ü (% 31) erkektir ve yaşları 25 ile 55 arasında değişmektedir ( $X= 40.02$ ,  $S_s= 7.12$ ). Görev yerlerine göre ise dağılımları şu şekildedir: Ortaokul 66 (% 32.5), lise 58 (% 28.1), ilkokul 39 (% 19.2), RAM 38 (% 18.7), çalıştığı kurumu belirtmeyen 3 (%1.5). Meslekteki deneyim süreleri 2 ile 30 yıl ( $X= 15.96$ ,  $S_s=6.64$ ) arasında değişen katılımcıların, 111'inin (% 54,4)

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, 9'unun Felsefe, 3'ünün (% 1,5) Sosyoloji, 22'sinin (%10,8) Psikoloji bölümlerinden lisans derecelerini aldığı görülmektedir. Katılımcıların 59'u (% 29) ise Eğitim Bilimlerinin farklı alanlarında lisansüstü dereceye sahiptir.

### **Veri toplama araçları**

*Skovholt Profesyonel Sağlık ve Öz Bakım Envateri*: SPSE Skovholt (2010) tarafından psikolojik danışmanların psikolojik sağlık düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş ve 2014 yılında bu ölçme aracının bazı maddelerinde birkaç kelime değiştirilmiştir. Ancak önerilen alt boyutlar ve maddelerin sayısında herhangi bir değişiklik yapılmamıştır. Skovholt (2012, 2016) SPSE'nün “*Mesleki Zindelik*”, “*Kişisel Zindelik*”, “*Mesleki Stres*” ve “*Kişisel Stres*” olmak üzere dört alt boyuttan oluştuğunu öne sürmüştür (Alt boyutlarda yer alan örnek maddeler için bkz. Tablo 1). SPSE’de Likert tipi beşli derecelendirme ölçeğinde (1=Kesinlikle katılmıyorum ve 5=Kesinlikle katılıyorum) yanıtlanan toplam 38 madde bulunmaktadır. Tüm maddeler olumlu yöndedir. Ölçeğin alt boyutlarından alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puanın ise 50 olmaktadır. Ölçeğin toplam puan aralığı ise 38 ile 190 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir.

Tablo 1

*SPSE önerilen alt boyutları, madde sayıları ve örnek maddeler*

Boyut	Madde sayısı	Örnek madde
Mesleki Zindelik	8	Alanda bir uygulayıcı olarak yaptığım işi anlamlı buluyorum.
Kişisel Zindelik	11	Yakınlarım tarafından sevildiğimi hissediyorum.
Mesleki Stres	9	Yardım etme mesleklerinde başarıyı değerlendirmek genellikle zor olsa da ben kendi mesleki başarıımı değerlendirmenin uygun yollarını bulmayı başardım.
Kişisel Stres	10	Kişisel hayatımda tek yönlü ilgi gerektiren ve benim ilgi gösteren taraf olduğum çok fazla ilişki yok.

*Kişisel Bilgi Formu*: Cinsiyet, yaş, meslekte çalışma yılı, mezun olunan lisans ve varsa yüksek lisans programı ile görev yaptıkları kurum gibi soruları içermektedir.

## İşlem

İlk olarak Thomas M. Skovholt ile iletişime geçilerek ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması için izin alınmıştır. ODTÜ İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan ve Millî Eğitim Bakanlığı'ndan gerekli araştırma izinlerinin alınmasının ardından, araştırmacılar tarafından uygulama izini alınan okullar ve RAM'lar ziyaret edilerek buradaki yöneticilere çalışmanın amacı açıklanmıştır. Daha sonra, bu kurumlarda çalışan psikolojik danışmanlar çalışma hakkında bilgilendirilmiştir. Çalışmaya katılmayı kabul eden psikolojik danışmanlara elde edilecek verilerin gizliliği konusunda sözlü olarak bilgilendirme yapılmış, ayrıca gönüllü katılım ve onay formu verilmiştir. Kendilerinden herhangi bir kimlik bilgisi alınmamıştır.

Ölçeğin Türkçe formunun oluşturulmasında Sousa ve Rojjanasrirat (2011)'ın önerdiği şu aşamalar takip edilmiştir: 1) hedef dile çeviri, 2) uzmanlar tarafından orijinal formun ve hedef dile çevrilen formun karşılaştırılması ve 3) hedeflenen örnekleme ölçeğin psikometrik özelliklerinin test edilmesi. Bu bağlamda, ölçek ilk olarak İngilizce ve Türkçeyi iyi derecede bilen, Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında doktora yapan beş kişi tarafından bağımsız olarak Türkçeye çevrilmiştir. İkinci aşamada araştırmacılar İngilizce maddelerin Türkçe çevirilerini incelemişler ve en doğru çeviriyi yansıtan ifadeleri içeren bir ölçek formu oluşturmuşlardır. Üçüncü olarak İngilizce orijinal form ile Türkçe formun karşılaştırılmasına yönelik olarak bir İngilizce dil uzmanından (İngilizce okutman) görüş alınmış ve bu görüşler doğrultusunda bazı ifadelerde iyileştirmeler yapılarak ölçeğin formu oluşturulmuştur.

## Verilerin Analizi

Çalışma kapsamında elde edilen verilere ilk önce Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve sonrasında doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Analizler için SPSS 20.0 ve LISREL 8.80 programları kullanılmıştır.

## Bulgular

SPSE'nin Türkçe formunun yapı geçerliliğini ölçmek amacıyla ilk olarak Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) yapılmıştır. İkinci olarak, araştırma verilerine Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. Daha sonra ölçeğin tamamının ve alt

boyutlarının güvenilirliğini belirlemek üzere iç tutarlık katsayısı (Cronbach alfa) hesaplanmıştır.

Gerekli analizlerin yapılmasından önce kayıp değerler, uç değerler, doğrusallık ve normallik sayıltıları (Kline, 2011) test edilmiştir. Veri setinde 32 kayıp değer olduğu bulunmuş ve kayıp veri sorununun çözümünde seri ortalaması yöntemi kullanılmıştır. Çalışmadaki uç değerlerin ise az olduğu ve sonuçları etkilemediği görülmüştür. Ayrıca doğrusallık varsayımının sağlandığı bulunmuştur. Normal dağılım varsayımına bakıldığında ise basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ila -3 arasında olduğu belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Ancak çok değişkenli normal dağılım sayıltısı sağlanamamıştır.

Yapılan Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ile örneklem büyüklüğünün yeterliliği için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri ölçülmüş ve .86 olarak bulunmuştur. Ayrıca Barlett Küresellik Testi sonucu  $p < .05$  olduğu için, verilerin faktör analizine uygun olduğuna karar verilmiştir. Çok değişkenli normal dağılım sayıltısı sağlanamadığı için faktörleşmede Temel Eksenler yöntemi kullanılmıştır. Teorik olarak faktörler arasında ilişki olduğu varsayımına dayanarak eksen döndürmede eğik döndürme yönteminin direct oblimin tekniği kullanılmıştır. Analiz ilk yapıldığında öz değerleri (eigenvalues) 1'in üzerinde olan on faktör olduğu görülmüş ve açıklanan toplam varyansın 49.32 olduğu bulunmuştur. Ancak birinci faktörün toplam varyansa bu on faktör içerisinde en yüksek oranda (% 26.56) katkı sağladığı, diğer faktörlerin katkılarının % 1.36-5.12 arasında değiştiği dikkati çekmiştir. Açıklanan toplam varyansın büyük oranda tek boyutta toplanmasının ardından yamaç birikinti grafiği incelenmiştir. Yamaç birikinti grafiğinin de tek faktörlü bir yapıya işaret ettiği belirlenmiştir. Ancak Skovholt (2016) tarafından ölçeğin dört faktörü bir yapıya sahip olduğu öne sürüldüğü için, AFA dört boyutlu bir yapıya zorlanarak tekrar edilmiştir. Sonuçlar dört faktör sınırlandırılması yöntemiyle açıklanan toplam varyansın 36.77 olduğunu göstermiştir. Ayrıca birinci faktörün toplam varyansa bu dört faktör içerisinde en yüksek oranda (% 26.27) katkı sağladığı, diğer faktörlerin katkısının % 2.57-4.74 arasında kaldığı görülmüştür. Ancak dört boyutlu yapıya ilişkin yapılan AFA sonuçları, maddelerin ölçek için önerilen dört alt boyutta toplanmadığını ve anlamlı bir bütünlük içermeyecek şekilde maddelerin dört boyuta dağıldığını göstermiştir.

Açımlayıcı Faktör Analizinin ardından ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek için sınanan dört faktörlü yapı, Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanarak da test edilmiştir. Sonuçlara göre, ölçeğin *Mesleki Stres* alt boyutunda yer alan madde 20 (*Hem öz bakım sağlayıp hem de yetkin bir çalışan olmanın gereklerini yerine getirmekle ilgili birçok çelişkili bilgi var. Bu çelişkili mesajlar arasında bir yol bulmaya çalışıyorum*) anlamlı olmayan  $t = .02 (< .1.96)$  değerinden dolayı analizden çıkarılmış ve DFA tekrar edilmiştir. DFA sonuçları, bu örnekte, ölçeğin önerilen dört faktörlü yapısının Türkçe formunda da doğrulandığını göstermiştir: (Satorra-Bentler  $\chi^2/df$  (1097.37/590)= 1.86; RMSEA= 0.06). Ölçeğin CFI değeri .95, NNFI değeri .94, ve SRMR değeri .07 olarak elde edilmiştir. Ancak bu analiz sonucuna göre madde 34 ( $\beta = .15$ ), madde 30 ( $\beta = .25$ ), madde 28 ( $\beta = .29$ ), madde 26 ( $\beta = .25$ ), madde 17 ( $\beta = .24$ ) ve madde 5 ( $\beta = .29$ ) olmak üzere altı maddenin düşük faktör yüküne ( $<.32$ ; Tabachnick ve Fidell, 2007) sahip olduğu belirlenmiştir. Ancak bu maddelerin  $t$  değerleri anlamlı olduğu ve ölçek bu maddeler analizdeyken iyi uyum gösterdiği için maddelerin ölçekten çıkarılmamasına karar verilmiştir. Ölçeğin güvenirlik çalışması kapsamında yapılan analiz sonucunda ise, Kişisel Stres alt boyutunda yer alan madde 34'ün (*Özel yaşamımda büyük ihanetlere uğramadım*) bu alt boyuttan çıkarılmasıyla Cronbach alfa değerinin .75'ten .79'a yükseldiği görülmüştür. Hem geçerlilik çalışmasında çok düşük faktör yüküne sahip olması hem de ölçeğin güvenirliğini düşürdüğü için madde 34'ün analizden çıkarılmasına karar verilmiş ve ardından DFA tekrarlanmıştır.

Sonuçlar değerlendirilirken DFA için belirlenen uyum indeksleri içinde Kikare'nin serbestlik derecesine oranının ( $\chi^2/df$ ) 5'den küçük olması (Schumacker ve Lomax, 2010), NFI, NNFI ve CFI değerlerinin .95'e yakın olması ve SRMR değerinin .08 veya .08'den küçük olması (Hu ve Bentler, 1999), RMSEA değerinin de .10'dan küçük olması (Browne ve Cudeck, 1993) ( $\chi^2/df < 5.00$ ;  $.00 \leq RMSEA \leq .10$ ;  $.80 \leq NNFI \leq .95$ ;  $.90 \leq CFI \leq .97$  ve  $.00 \leq SRMR \leq .10$ ) olması dikkate alınmıştır. Ölçek normal dağılım göstermediği için, Güçlü maksimum olasılık yöntemi (Robust maximum likelihood) (Bentler, 1995; Brown, 2006; Satorra ve Bentler, 1994) uygulanarak doğrulayıcı faktör analizi uyum indeksleri incelenmiştir. Ölçeğin 36 madde ile iyi uyum indeks değerleri göstererek, (Satorra-Bentler  $\chi^2/df$  (1163.02/590)= 1.97; RMSEA= 0.07) dört faktörlü yapıyı doğruladığı bulunmuştur (Şekil 1). Ölçeğin CFI değeri .94, NNFI

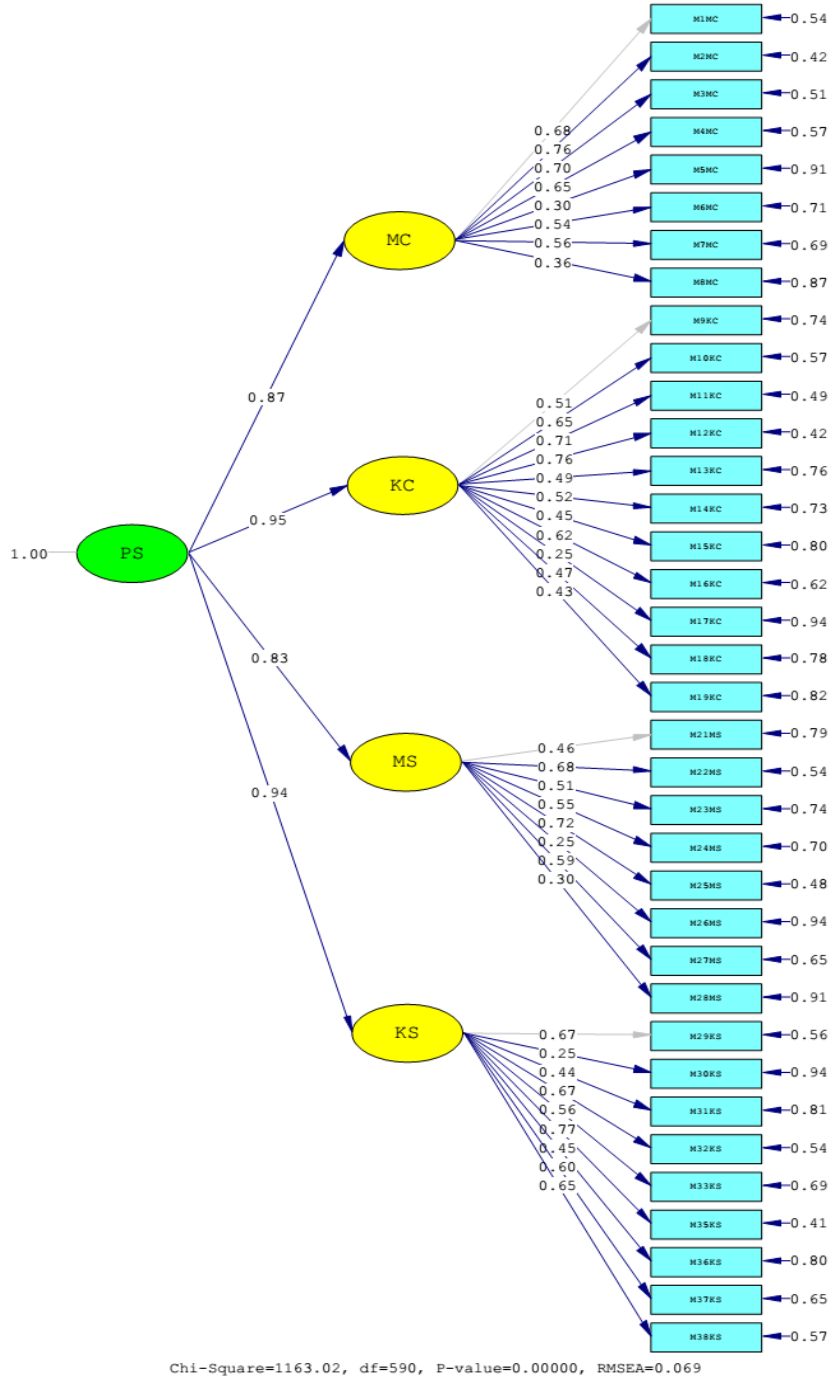


değeri .94, ve son olarak SRMR değeri .08 olarak elde edilmiştir (Tablo 2). Doęrulatory Faktör Analizine göre elde edilen standardize edilmiş faktör yükleri, standardize edilmemiş faktör yükleri, *t* değerleri ve açıklanan varyans Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 2  
*SPSE Doęrulatory Faktör Analizi Sonucu*

	$\chi^2$	<i>df</i>	$\chi^2/df$	<i>CFI</i>	<i>NNFI</i>	<i>RMSEA</i>	<i>SRMR</i>
Model	1163.02***	590	1.97	.94	.94	.07	.08

Not. \*\*\*  $p < .001$



Şekil 1. SPSE için Dört Faktörlü Model

Not. PS = Psikolojik Sağlık, MC = Mesleki Zindelik, KC = Kişisel Zindelik, MS = Mesleki Stres, KS = Kişisel Stres

Tablo 3

*SPSE için Standardize Edilmiş ve Edilmemiş Faktör Yükleri, t ve R<sup>2</sup> Sonuçları*

Alt Boyut	Madde	Standardize Edilmiş Faktör Yükleri	Standardize Edilmemiş Faktör Yükleri	t - değeri	R <sup>2</sup>
Mesleki Zindelik	M1	.68	.57	10.45	.46
	M2	.76	.62	11.40	.58
	M3	.70	.55	9.66	.49
	M4	.65	.50	8.24	.43
	M5	.30	.33	4.38	.10
	M6	.54	.49	7.45	.29
	M7	.56	.38	7.11	.31
	M8	.36	.38	4.59	.13
Kişisel Zindelik	M9	.51	.47	6.47	.26
	M10	.65	.49	7.25	.43
	M11	.71	.46	7.14	.51
	M12	.76	.55	7.32	.58
	M13	.49	.50	6.65	.24
	M14	.52	.51	6.17	.27
	M15	.45	.37	6.58	.20
	M16	.62	.57	6.99	.38
	M17	.25	.28	2.82	.10
	M18	.47	.46	6.14	.22
	M19	.43	.39	6.26	.18
Mesleki Stres	M21	.46	.34	6.02	.21
	M22	.68	.49	6.66	.46
	M23	.51	.40	3.90	.26
	M24	.55	.48	5.36	.30
	M25	.72	.57	6.34	.52
	M26	.25	.29	2.29	.10
	M27	.59	.52	6.21	.35
	M28	.30	.29	3.62	.10

	M29	.67	.53	9.59	.44
	M30	.25	.25	3.34	.06
	M31	.44	.35	5.10	.19
	M32	.67	.54	8.21	.46
Kişisel Stres	M33	.56	.53	8.04	.31
	M35	.77	.55	10.38	.59
	M36	.45	.37	5.88	.20
	M37	.60	.52	8.20	.35
	M38	.65	.50	8.66	.43

Not. Tüm *t* değerleri anlamlı.

Doğrulayıcı Faktör Analizi doğrultusunda ölçeğin güvenirliliği Cronbach alfa değeri ile hesaplanmıştır. Alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlılık kat sayıları *Mesleki Zindelik* için .79, *Kişisel Zindelik* için .82, *Mesleki Stres* için .71, ve *Kişisel Stres* için .79 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tümü için ise Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı .92'dir. Bununla birlikte Tablo 4'te gösterildiği gibi ölçeğin tüm alt boyutları arasındaki ilişkiler anlamlı ve pozitif yönde bulunmuştur.

Tablo 4

*SPSE Cronbach Alfa Değerleri, Madde Sayıları, Ortalama, Standart Sapma ve Boyutlar Arasındaki İlişkiler*

Alt Boyut	Madde Sayısı	Cronbach Alfa	<i>X</i>	<i>SS</i>	1	2	3	4
1. MC	8	.79	32.71	4.40	-			
2. KC	11	.82	42.67	5.86	.59**	-		
3. MS	8	.71	29.04	4.02	.61**	.62**	-	
4. KS	9	.79	35.89	4.61	.64**	.71**	.59**	-

Not. MC = Mesleki Zindelik, KC = Kişisel Zindelik, MS = Mesleki Stres, KS = Kişisel Stres,

\*\**p* < .01

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada “Skovholt Profesyonel Sağlık ve Özbakım Envanteri (SPSE)”nin Türkçeye uyarlanması ve geçerlik ile güvenilirlik çalışmalarının yapılması amaçlanmıştır. Yardım mesleklerinde çalışan bireylerin danışanlarına yardım sağlarken kendi öz bakım ve psikolojik sağlıklarına ne derece önem verdikleri, karşılaştıkları zor koşullarla nasıl başa çıktıkları, verecekleri psikolojik desteği sürekli ve nitelikli bir şekilde verebilmeleri açısından önem taşımaktadır (Skovholt ve Trotter-Mathison, 2016). Uyarlaması yapılan SPSE ile psikolojik danışmanların psikolojik sağlıklarını ölçme yönünde bir adım atılmaktadır. Çalışma kapsamında Ankara ilinde farklı bölgelerde çalışan psikolojik danışmanlardan toplanan verilerden elde edilen sonuçlar ölçeğin Skovholt (2012, 2016) tarafından önerilen dört faktörlü yapıyı doğruladığına işaret etmiştir. Ölçeğin DFA sonrasında elde edilen uyum indeksleri, iyi düzeyde bir uyumu göstermiştir. DFA sonucuna göre, SPSE'nin Türkçe formunda 36 madde yer almıştır. *Mesleki Stres* boyutunda yer alan 20. madde ve *Kişisel Stres* boyutunda yer alan 34. madde ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin alt boyutları için güvenilirlik katsayısı .71 ile .82 arasında değişmektedir. Ölçeğin tümü için güvenilirlik katsayısı ise, .92 olarak bulunmuş ve bu değerler ölçeğin güvenilir olduğu yönünde kanıt sağlamıştır. Bu bulgular ışığında ölçeğin bu örneklem grubunda geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu çalışma SPSE'nin ilk geçerlik ve güvenilirlik çalışması olması açısından önem taşımaktadır. Ülkemizde psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeyleri ve yaşadıkları sorunlara yönelik araştırmalar olmasına rağmen (Gündüz, 2012; İkiz, 2010; Tuzgöl-Dost ve Keklik, 2012), psikolojik danışmanların psikolojik sağlıklarına yönelik çalışmaların çok sınırlı olduğu gözlenmektedir. Bu nedenle, uyarlama çalışması yapılan bu ölçeğin gelecekte psikolojik danışmanların psikolojik sağlık düzeyinin belirlenmesi ve dolayısıyla psikolojik danışmanların ruh sağlığının korunması konularında yapılacak çalışmalara ışık tutabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır ve çalışmaya Ankara'daki RAM'larda ve okullarda çalışan psikolojik danışmanlar katılmıştır. Katılımcıların seçilmesinde herhangi bir seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmamıştır. Bu açıdan, elde edilen bulguların genellenebilirliği sınırlıdır. Diğer bir sınırlılık ise, ölçeğin uygulandığı örnekleme tekrar ulaşılabiliğinin

güç olması nedeniyle test-tekrar test güvenilirliğinin yapılamamış olmasıdır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda bulguların genellenebilirliğini mümkün kılacak seçkisiz örnekleme yönteminin kullanılması, test tekrar test güvenilirliğinin yapılması ve benzer ölçek geçerliği gibi diğer kanıtların da sağlanması önerilebilir. Ayrıca diğer yardım mesleklerini kapsayan çalışma gruplarıyla SPSE'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması psikolojik sağlık konusunda alan yazına katkılar sağlayacaktır. Bu çalışma kapsamında, SPSE'nin Türkçeye uyarlamasının yapılması sonrasında ülkemizde ilgili alan yazında, psikolojik danışmanların ve diğer yardım mesleklerinde çalışan uzmanların psikolojik sağlıklarına ilişkin yapılacak çalışmaların artabileceği umulmaktadır.

### **Katkısı Olanlar**

Katkılarından dolayı Mamak Rehberlik Araştırma Merkezi ve Çankaya Rehberlik Araştırma Merkezi'ne teşekkür ederiz.

### **Kaynaklar**

- Arslan, G. (2015). Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin (YPSÖ) psikometrik özellikleri: Düşük sosyoekonomik örnekleme geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 344-357.
- Basım, H. N., ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Bentler, P. M. (1995). *EQS structural equations program manual*. Encino, CA: Multivariate Software.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and egoresiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 349-361.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York, NY: Guilford Press.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. doi: 10.1002/da.10113

- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., & Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42. doi: 10.1002/mpr.15
- Gizir, C. A. ve Aydın, G. (2006). Psikolojik sağlamlık ve ergen gelişim ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk PDR Dergisi*, 3(26), 87-99.
- Gündüz, B. (2012). Okul psikolojik danışmanlarında yetkinlik inancı ve tükenmişlik. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(3), 1749-1767
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. doi:10.1080/10705519909540118
- İkiz, E. F. (2010). Psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 25-43.
- Kararımkar, Ö. (2010). Establishing the psychometric qualities of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis in a trauma survivor sample. *Psychiatry Research*, 179(3), 350-356.
- Kline, R. B. (2011). Convergence of structural equation modeling and multilevel modeling. In M. Williams & W. P. Vogt (Eds.), *Handbook of methodological innovation in social research methods* (pp. 562-589). London: Sage.
- Korkut-Owen, F., & Yerin Güneri, O. (2015). Counseling in Turkey. In T. H. Hohenshil, N. E., Amundson, & S. G. Niles (Eds.), *Counseling around the world: An international handbook* (pp. 293-304). Alexandria, VA, USA: American Counseling Association. doi: 10.1002/9781119222736.ch31
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A. S. & Powell, L. J. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. In S. Luthar (Eds.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 1-29). United States of America: Cambridge University Press
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238. <http://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.56.3.227>

- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147 (6), 598-611. doi: 10.1192/bjp.147.6.598
- Sattora, A., & Bentler, P. M. (1994). Corrections to test statistics and standard errors in covariance structure analysis. In A. von Eye & C. C. Clogg (Eds.), *Latent variable analysis: Applications for developmental research* (pp. 399-419). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2010). *A beginners guide to structural equation modeling*. New York: Routledge.
- Skovholt, T.M. (2010). Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory. Copyright by Thomas Skovholt.
- Skovholt, T. M. (2012). Psikolojik danışmanın psikolojik sağlamlığı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(38), 137-146.
- Skovholt, T. M. (2016). Skovholt practitioner professional resiliency and self-care inventory 2014 version. In T. M. Skovholt, & M. Trotter-Mathison Eds., *The resilient practitioner: Burnout and compassion fatigue prevention and self-care strategies for the helping professions (3rd ed.)*. New York: Routledge.
- Skovholt, T. M., Grier, T. L., & Hanson, M. R. (2001). Career counseling for longevity: Self-care and burnout prevention strategies for counselor resilience. *Journal of Career Development*, 27(3), 167-176.
- Skovholt, T. M., & Trotter-Mathison, M. (2016). *The resilient practitioner: Burnout and compassion fatigue prevention and self-care strategies for the helping professions (3rd ed.)*. New York: Routledge.
- Sousa, V. D., & Rojjanasrirat, W. (2011). Translation, adaptation and validation of instruments or scales for use in cross-cultural health care research: A clear and user-friendly guideline. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 17(2), 268–274. doi:10.1111/j.1365-2753.2010.01434.x
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson Education Inc



Tuzgöl Dost, M., & Keklik, İ. (2012). Alanda çalışanların gözünden psikolojik danışma ve rehberlik alanının sorunları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 389-407.

WestEd. (2001). *Resilience youth development: Key findings*. California: Wested.

Wheaton, B., Muthen, B., Alwin, D. F., & Summers, G. (1977). Assessing Reliability and Stability in Panel Models. *Sociological Methodology*, 8(1), 84–136.

## **The Validity and Reliability Study of Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory**

### **Introduction**

Psychological resilience is defined as positive adaptation when faced with a risky or difficult conditions (Masten & Powell, 2003). The resilience involves risk and protective factors. The protective factors include intelligence, hope or good personal relations that increase the occurrence of positive outcomes (Rutter, 1985; Masten, 2001; Masten & Powell, 2003). On the other hand, the risk factors include poverty or domestic violence that may increase the occurrence of negative outcomes for individuals (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000). Each profession has an impact on the mental and physical health of its members. However, counselors and the other helping professionals such as nurses, social workers, and teachers who provide care and help to individuals regarding their mental and physical health issues are under great risk for burnout (Skovholt, Grier & Hanson, 2001). People in those occupations who are dedicated themselves in helping others also have difficulty in maintaining balance between self-care and other-care. Skovholt (2012) proposes that health care professionals can end up not taking care of themselves while providing help to others (Skovholt, 2012).

In Turkey, majority of the psychological counselors work in public schools (Korkut-Owen & Yerin-Güneri, 2015). Research findings show that many counselors feel burned out due to providing counseling services to high number of students (Gündüz, 2012). The high level of burn out among school counselors brings up the importance of psychological resilience. Although there have been studies investigating the burnout and professional issues of counselors in Turkey, the number of research that investigates the psychological resilience of psychological counselors are very limited. Furthermore, there

has not been any instrument measuring the psychological resilience of psychological counselors. Thus, the current study aimed at adapting “Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory” (Skovholt, 2012) into Turkish and conducting its reliability and validity study.

## **Method**

### **Participants**

The study consisted 204 (141 Female, 63 Male) psychological counselors working either in public schools or RAM’s (Guidance and Research Center) in Ankara. The convenient sampling method was used in data collection. The age range of participants changed from 25 to 55; and their work experience was between 2 to 30 years. Most of the participants were graduates of Psychological Counseling and Guidance Department ( $n=111$ ). The Exploratory and Confirmatory Factor Analysis were used to analyze the data.

### **Instruments**

“Demographic Information Form” and “Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory (SPRI)” were used as data collection instruments. SPRI was developed by Skovholt (2012) to measure psychological resiliency of professionals. The inventory has 38 items, rated on a 5-point Likert type scale from 1 (Strongly disagree) to 5 (Strongly agree). Skovholt (2012, 2016) proposes that the inventory has four subscales named as “Professional Vitality”, “Personal Vitality”, “Professional Stress” and “Personal Stress” and higher scores indicate high psychological resiliency among professionals.

### **Procedure**

Prior to data collection, the Human Subjects Ethics Committee approval was received from the Middle East Technical University. During the translation of SPRI into Turkish following steps suggested by Sousa and Rojjanasirat (2011) were followed: a) translation of the measure, b) comparison translated measure by the experts and c) testing psychometric properties with the target population. The SPRI was translated into Turkish by five experts independently. The three experts were advanced PhD students in Guidance and Counseling Psychology program and two experts were instructors of English

language. The best fitting translated items were picked by the researchers among the five translated versions of the measure. The final Turkish version of SPRI was also checked by an English language expert regarding accuracy of the translation. Data were collected from the counselors in schools and Research & Guidance Centers after the data collection approval of the administrators in those institutions.

### **Results**

In data analysis firstly, Exploratory Factor Analysis (EFA) with Principal Axis Component method was utilized. The KMO was calculated as .86 and Bartlett's Test of Sphericity was significant indicating the adequacy of the sample size for EFA. The results of EFA indicated one-factor solution. The second EFA was conducted to test the four factor structure suggested by Skovholt (2012, 2016). The results indicated that items did not load on suggested four factors. In the next step, four factor structure was also tested by Confirmatory Factor Analysis (CFA). Unlike the results of EFA, CFA confirmed the four factor structure. The model was estimated with Robust Maximum Likelihood estimation and tested with the Satorra Bentler chi square. According to the results, the two items (item 20 and the item 34) were eliminated from the scale due to non-significant *t* values. The final CFA results indicated that Turkish version of Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory consisted 36 items and showed good fit indices: (Satorra-Bentler  $\chi^2/df$  (1163.02/590)=1.97; *RMSEA*=0.07, *CFI*=.94; *NNFI*=.94; *SRMR*=.08). The internal consistency calculated by Cronbach Alpha was .92 for the whole scale and the Cronbach Alpha values for the subscales changed from .71 to .82.

### **Conclusion**

The current study aimed at adapting Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory (Skovholt, 2012) into Turkish and conducting its reliability and validity studies. In the present study, four-factor structure of Skovholt Practitioner Professional Resiliency and Self-Care Inventory proposed by Skovholt (2012) was tested and confirmed with a sample of counselors. The Turkish version of the scale had good fit indices. Overall, the current study conducted with counselors working in public schools and Research and Guidance Centers provided evidence for the reliability and validity of SPRI.