

BELİRTİ TARAMA LİSTESİ (SCL-90-R)

SPSS veri analizi, Klinik Psikoloji Bölümü tez hazırlama ve yazdırma, Psikoloji Bölümü ölçek bulma, etik kurul başvuru formu hazırlama, intihal oranı düşürme, intihal raporu alma, tez, seminer ve bitirme projesi hazırlama ve yazdırma, tartışma, sonuç ve öneriler bölümü hazırlama, tezi makaleye çevirme, tezden makale oluşturma, intihal raporu alma, tez sunumu hazırlama, tez sunum örnekleri, tez düzenleme vb. tüm akademik işlemlerinizi yaşadığınız problemler için bizimle iletişime geçebilirsiniz.

0532 674 54 95

bilgi@tezimiduzenle.com

Orijinal ismi Symptom Check List-90 olan ölçek L.R. Derogatis tarafından 1977 yılında geliştirilmiştir. Dağ tarafından 1991 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış olup, ölçeğin cronbach alfa iç tutarlılığı 0.97, test tekrar test güvenilirlik katsayıları alt ölçeklere göre 0.65 ile 0.87 arasında ve tüm ölçek için 0.90 olarak saptanmıştır.

Ölçek bireyin altında bulunduğu zorlanmanın ya da yaşadığı olumsuz stres tepkisinin (distress) düzeyini ölçmeyi amaçlar, bireyin kendini değerlendirmesi esasına dayanır ve 17 yaşından itibaren genç ve yetişkin, en az orta öğretimden geçmiş, psikiyatrik olmayan popülasyonlara uygulanabileceği belirtilmiştir. Toplam 90 sorudan oluşan ölçek, beşli Likert tipi cevaplamayı içermektedir.

Somatizasyon, obsesif-kompulsif, kişilerarası duyarlık, depresyon, kaygı, düşmanlık, fobik kaygı, paranoid düşünce ve psikotizm olmak üzere toplam dokuz alt boyutu bulunan ölçeğin genel ortalama puanı artıka bireyin psikiyatrik belirtilerden duyduğu sıkıntının arttığı kabul edilmektedir. Puanlanırken “hiç” için 0 puandan başlanarak, “ileri derecede” ifadesine 4 puan verilecek şekilde artarak devam eden puan matrisi kullanılır.

Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R) Soruları

Aşağıda zaman zaman herkeste olabilecek yakınma ve sorunların bir listesi vardır. Lütfen her birini dikkatlice okuyunuz. Sonra bu durumun bugün de dahil olmak üzere son 15 gün içinde sizi ne ölçüde huzursuz ve tedirgin ettiğini göz önüne alarak, cevap kağıdında belirtilen tanımlamalardan (Hiç / Çok az / Orta derecede / Oldukça fazla / İleri derecede) uygun olanının (yalnızca bir seçeneğin) altındaki parantez arasında bir (X) işareti koyunuz. Düşüncenizi değiştirirseniz ilk yaptığınız işaretlemeyi tamamen silmeyi unutmayınız. Lütfen anlamadığınız bir cümle ile karşılaştığınızda uygulayan kişiye danışınız.

	HİÇ	ÇOK AZ	ORTA DERECE	OLDUKÇA FAZLA	İLERİ DERECEDE
1. Baş ağrısı					
2. Sinirlilik ya da içinin titremesi					
3. Zihinden atamadığınız, tekrarlayan,					

hoşa gitmeyen düşünceler					
4. Baygınlık ya da baş dönmesi					
5. Cinsel arzu ve ilginin kaybı					
6. Başkaları tarafından eleştirilme duygusu					
7. Herhangi bir kimsenin düşüncelerinizi kontrol edebileceği fikri					
8. Sorunlarınızdan pek çoğu için başkalarının suçlanması gerektiği duygusu					
9. Olayları anımsamada güçlük					
10. Dikkatsizlik ya da sakarlıkla ilgili endişeler					
11. Kolayca gücenme, rahatsız olma hissi					
12. Göğüs ya da kalp bölgesinde ağrılar					
13. Caddelerde veya açık alanlarda korku hissi					
14. Enerjinizde azalma veya yavaşlama hali					
15. Yaşamınızın sonlanması düşünceleri					
16. Başka kişilerin duymadıkları sesleri duyma					
17. Titreme					
18. Çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği hissi					
19. İştah azalması					
20. Kolayca ağlama					
21. Karşı cinsten kişilerle utangaçlık ve rahatsızlık hissi					
22. Tuzağa düşürülmüş veya yakalanmış olma hissi					
23. Bir neden olmaksızın aniden korkuya kapılma					
24. Kontrol edilemeyen öfke patlamaları					
25. Evden dışarı yalnız çıkma korkusu					
26. Olanlar için kendini suçlama					
27. Belin alt kısmında ağrılar					
28. İşlerin yapılmasında erteleme duygusu					
29. Yalnızlık hissi					

30. Karamsarlık hissi					
31. Her şey için çok fazla endişe duyma					
32. Her şeye karşı ilgisizlik hali					
33. Korku hissi					
34. Duygularınızın kolayca incitilebilmesi hali					
35. Diğer insanların sizin özel düşüncelerinizi bilmesi					
36. Başkalarının sizi anlamadığı veya hissedemeyeceği duygusu					
37. Başkalarının sizi sevmediği ya da dostça olmayan davranışlar gösterdiği hissi					
38. İşlerin doğru yapıldığından emin olmak için çok yavaş yapmak					
39. Kalbin çok hızlı çarpması					
40. Bulantı ve midede rahatsızlık hissi					
41. Kendini başkalarından aşağı görme					
42. Adale (kas) ağrıları					
43. Başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi					
44. Uykuya dalmada güçlük					
45. Yaptığınız işleri bir ya da birkaç kez kontrol etme					
46. Karar vermede güçlük					
47. Otobüs, tren, metro gibi araçlarla yolculuk etme korkusu					
48. Nefes almada güçlük					
49. Soğuk ve sıcak basması					
50. Sizi korkutan belirli uğraş, yer ve nesnelere kaçınma durumu					
51. Hiçbir şey düşünmeme hali					
52. Bedeninizin bazı kısımlarında uyuşma, karıncalanma olması					

53. Boğazınıza bir yumru tıkanmış hissi					
54. Gelecek konusunda ümitsizlik					
55. Düşüncelerinizi bir konuya yoğunlaştırmada güçlük					
56. Bedeninizin çeşitli kısımlarında zayıflık hissi					
57. Gerginlik veya coşku hissi					
58. Kol ve bacaklarda ağırlık hissi					
59. Ölüm ya da ölme düşünceleri					
60. Aşırı yemek yeme					
61. İnsanlar size baktığı veya hakkınızda konuştuğu zaman rahatsızlık duyma					
62. Size ait olmayan düşüncelere sahip olma					
63. Bir başkasına vurmak, zarar vermek, yaralamak dürtülerinin olması					
64. Sabahın erken saatlerinde uyanma					
65. Yıkanma, sayma, dokunma gibi bazı hareketleri yenileme hali					
66. Uykuda huzursuzluk, rahat uyuyamama					
67. Bazı şeyleri kırıp dökme hissi					
68. Başkalarının paylaşıp kabul etmediği inanç ve düşüncelerin olması					
69. Başkalarının yanında kendini çok sıkılgan hissetme					
70. Çarşı, sinema gibi kalabalık yerlerde rahatsızlık hissi					
71. Her şeyin bir yük gibi görünmesi					
72. Dehşet ve panik nöbetleri					
73. Toplum içinde yiyip-içerken huzursuzluk hissi					
74. Sık sık tartışmaya girme					
75. Yalnız bırakıldığınızda sinirlilik hali					
76. Başkalarının sizi başarılarınız için					

yeterince takdir etmediği duygusu					
77. Başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnızlık hissetme					
78. Yerinizde duramayacak ölçüde rahatsızlık hissetme					
79. Deęersizlik duygusu					
80. Size kötü bir şey olacakmış hissi					
81. Bağırma ya da eşyaları fırlatma					
82. Topluluk içinde bayılacağınız korkusu					
83. Eđer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceđi duygusu					
84. Cinsiyet konusunda sizi çok rahatsız eden düşüncelerin olması					
85. Günahlarınızdan dolayı cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi					
86. Korkutucu türden düşünce ve hayaller					
87. Bedeninizde ciddi bir rahatsızlık olduğu düşüncesi					
88. Başka bir kişiye asla yakınlık duymama					
89. Suçluluk duygusu					
90. Aklınızda bir bozukluğun olduğu düşüncesi					