Değerler Eğitimi Dergisi
Cilt 15, No. 33, 39-60, Haziran 2017
© Değerler Eğitimi Merkezi

Huzur Ölçeği'nin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi*

İbrahim DEMİRCİ**

Halil EKŞİ***

Özet: Bu araştırmada Huzur Ölçeği'nin geliştirilmesi ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın örneklemi, yaşları 18 ile 75 arasında değişen, yaş ortalamaları 30.46 (±12.94) olan 548 kadın ve 330 erkek olmak üzere toplam 900 katılımcıdan oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliği için açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin güvenirliği iç tutarlık ve test-tekrar test yöntemiyle incelenmiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği için PERMA Ölçeği ile arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Huzur Ölçeği'nin açımlayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin 8 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları modelin kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiğini ortaya koymuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .78, test-tekrar test katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır. Huzur ile iyi oluş arasındaki pozitif korelasyonların ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğinin göstergesi olduğu söylenebilir. Araştırmanın sonuçları Huzur Ölçeği'nin Türkiye'de yürütülecek bilimsel araştırmalarda kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Huzur, mutluluk, iyi oluş, ölçek geliştirme

* Bu çalışma, İbrahim Demirci'nin Prof. Dr. Halil Ekşi danışmanlığında hazırladığı doktora tezinden geliştirilerek hazırlanmıştır.

** Yrd. Doç. Dr., Sinop Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü

E-mail: ibrahimdemircipdr@gmail.com

*** Prof. Dr., Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü

E-mail: h.eksi70@gmail.com

Giriş

Antik çağlardan beri iyi oluş ve mutluluk kavramlarının ne anlama geldiğiyle ilgili çeşitli görüşler öne sürülmüştür. İyi oluş ve mutluluk kavramlarının anlamları hem günlük hayatta sürekli olarak karşılık bulmuş hem de pozitif psikolojiyle birlikte bilimsel araştırmalarda bu kavramlara ilgi artmıştır (Ryan ve Deci, 2001). İyi oluşu açıklayan yaklaşımlardan biri olan öznel iyi oluş kavramı hazcı bakış açısıyla iyi oluşu mutlu hissetmek ve hayattan zevk almak olarak kabul etmektedir. Öznel iyi oluş kavramında olumlu duygular fazla yaşamayı, olumsuz duygular az yaşamayı ve yaşamdan doyum elde etmeyi ifade etmektedir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999; Diener, Lucas ve Oishi 2002). Bu görüş büyük bir çoğunluk tarafından kabul edilmektedir. Ancak hazcılık yaklaşımının yaygınlığına karşın birçok düşünür, filozof ve din adamı mutluluğun iyi oluşun temel kriteri olarak görülmesine karşı çıkmışlardır. Bu nedenle iyi oluşu mutluluktan daha üst düzey bir kavram olarak insanın potansiyelini gerçekleştirmesi olarak kabul eden psikolojik iyi oluş bakış açısı hazcılığı eleştirmektedir (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002; Ryan ve Deci, 2001). Bu yaklaşıma göre iyi oluş bireyin iç-görü kazanması, kendini gerçekleştirmesi ve tam olarak işlevde bulunması olarak tanımlanan bir süreçtir (Deci ve Ryan, 2008). Bireyin gerçek benliği ile uyumlu yaşama yeteneğinin iyi oluşun temellerini oluşturduğu vurgulanmaktadır (Waterman, 1993). Bu bağlamda iyi oluş için kişinin benliğiyle uyumlu yaşaması önemli görülmektedir.

Mutluluğun ve iyi oluşun kültürel olarak farklı anlamları olabileceğine yönelik görüşler bulunmaktadır. Tsai, Knutson ve Fung (2006) kültürün ideal duygulanımı nasıl etkilediğini araştırdığı çalışmada kültürün ideal duygulanımı gerçek duygulanımdan daha çok etkilediğini bulmuşlardır. Ayrıca bireysel kültürden gelen bireylerin ideal duygulanımları heyecan, coşku gibi yüksek uyarılmayı içeren duygulanımlarla ilişkiliyken toplulukçu kültürden gelen bireylerin ideal duygulanımları sakinlik, rahatlık, huzur gibi düşük uyarılmayı içeren duygulanımlarla ilişkili bulunmuştur (Tsai ve diğerleri, 2006). Bacanlı (2016), Türk ve İslam kültüründe mutluluğun değil huzurun önemli olduğunu öne sürmektedir. Mutluluk geçici bir durum olarak ele alınırken, huzur daha kalıcı ve Türk ve İslam kültüründe ideal bir durum olarak görülmektedir. Huzur kavramının açıklandığı benlik bütünlüğü modeline göre insanın huzurlu olması gerçek benlik, ideal benlik ve gereken benlik üçgeninde bu benlikler arasındaki ilişkilere göre belirlenmektedir. Gerçek benlik kişinin olduğunu düşündüğü benliği, ideal benlik olmak istediği benliği ve gereken benlik olması gerektiğini

düşündüğü benliği ifade etmektedir. Benliklerin birbirinden farklı olması genellikle kişinin huzursuz olmasına neden olmaktadır. Huzur, gerçek benliğin, ideal benliğin ve gereken benliğin birbirleriyle tutarlı olması anlamına gelmektedir (Bacanlı, 2016).

Pozitif psikoloji belirli kültürel yorumların ötesine uzanarak bireyin iyi oluşu ve gelişimiyle ilgili evrensel bir bilim olma iddiasını taşımaktadır. Ancak pozitif psikolojinin altında yatan kültürel ve ahlaki varsayımlarının Batı ideolojilerine dayandığını öne süren görüşler bulunmaktadır. Pozitif psikolojiye göre mutluluk yaşamın temel amacı olarak kabul edilmektedir. Mutluluk, Batının ahlaki bakış açısının bir parçası olarak sosyo-kültürel ve tarihsel geleneklerinin merkezinde bulunmaktadır. Bu durum diğer zamanlarda ve farklı toplumlardaki insanların duygusal tatminden keyif alamadıkları ya da onun peşinde olmadıkları anlamına gelmemektedir. Tarih boyunca ve kültürler arası olarak bireysel memnuniyet yaşamdaki en önemli amaç olarak kabul edilmiştir. Ancak bu duygusal tatmin içsel pozitif duygularla ilişkili olmak yerine bireyin içinde bulunduğu sosyal düzene ve daha geniş olarak kozmik çerçeveyle uyumlu bir şekilde yaşamasıyla ortaya çıkmaktadır (Christopher ve Hickinbottom, 2008).

Mutlulukla ilgili araştırmalarda öznel iyi oluş kavramının bireyin günlük yaşamındaki mutluluğu ölçmek için en iyi yollardan biri olduğu düşünülmektedir. Hazcı bakış açısına uygun olarak mutluluk, neşe, keyif gibi olumlu duyguları, üzüntü, kaygı ve öfke gibi olumsuz duyguları ve heyecan ve coşku gibi yüksek uyarılmayı ifade eden duyguları ifade etmektedir. Böylece olumlu duygulanımı olumsuz duygulanımdan daha çok yaşayanlar ve yüksek uyarılmayı bulunduran duyguları deneyimleyenlerin öznel iyi oluş düzeyleri daha yüksek olarak değerlendirilmektedir (Lee, Lin, Huang ve Fredrickson, 2013). Duyguları ele alan araştırmalar genellikle olumlu ve olumsuz duygulanım olmak üzere duyguları ikiye ayırmaktadır. Mutluluğu hazcı bakış açısıyla değerlendiren öznel iyi oluş yaklaşımının huzur ve sakinlik gibi düşük uyarılmayı içeren duygulanımları ihmal ettiği söylenebilir. Öznel iyi oluş ile ilgili yapılan araştırmalar Batı toplumlarının öznel iyi oluş düzeylerinin genellikle Asya toplumlarından daha yüksek olduğunu göstermektedir (Diener, Suh, Smith ve Shao, 1995; Suh, 2002). Ancak bu durum Asyalıların Batılılardan daha az mutlu olduğunu yansıtmıyor olabilir. Çünkü mutluluk tanımlamaları bireyin ait olduğu kültürle ilişkilidir. Bireyin içinde bulunduğu kültürün etkileri mutluluğun anlamını ve nasıl deneyimlendiğini etkileyebilir.

Olumlu duygularla ilgili çalışmalar daha çok mutluluk üzerinde yapılmaktadır. Mutluluktan kavramsal olarak farklı bir yapıda olan ve nörofizyolojik ola-

rak farklı özellikler gösteren huzur kavramı üzerinde yapılan çalışmalara ihtiyaç duyulduğu söylenebilir. Gray'in (1987) nöropsikolojik modeli davranışsal inhibisyon sistemi ve davranışsal aktivasyon sistemi arasındaki farklılıkları işlevleri ve ortaya çıkaran etkenler açısından açıklamaktadır. Davranışsal inhibisyon sistemi yenilik, ceza ya da beklenen ödülün yokluğunda işlev görmektedir ve tehditlerle başa çıkmak için kullanılmaktadır. Davranışsal aktivasyon sistemi ise ödül ya da ödül beklentisi olduğunda işlev görmektedir ve ödüle yaklaşmak için kullanılmaktadır. Davranışsal aktivasyon sistemi üzerinde yapılan çalışmalar ödül duyarlılığı, güdüler ve eğlence arayışı üzerinde odaklanırken olumlu duygularla ilgili olan memnuniyet, güven, huzur gibi duygular üzerinde durmamaktadır (Gilbert ve diğerleri, 2008; Gray, 1987).

Depue ve Morrone-Strupinsky (2005) olumlu duygular üzerinde yaptıkları nörofizyolojik çalışmalarda birbiriyle etkileşim içinde ancak birbirinden farklı olan iki olumlu duygu düzenleme sistemi olduğunu ifade etmektedir. Bunlardan ilki, ödül ya da başarı elde etme veya ödül ya da başarı beklentisi olduğunda uyarılan ve aktifleşen dopaminle ortaya çıkan, ödül aramaya ve ödül kazanmaya teşvik eden davranışsal aktivasyon sistemiyle benzerlik gösteren duygu düzenleme sistemidir. İkincisi ise davranışsal olarak aktif olmayan, ödülü elde etmenin ardından ortaya çıkan ve ödül arama sistemini kapatan duygu düzenleme sistemidir. Herhangi bir ödül ve kaynak arayışı ya da tehdit olmadığında memnuniyet, huzur ve iyi oluş duyguları ortaya çıkmaktadır. Oksitoksin sistemi; memnuniyet, güvende olma hissi ve iyi oluş gibi farklı duyguları bir araya getiren duygu düzenleme sistemi olarak kabul edilmektedir (Depue ve Morrone-Strupinsky, 2005; Gilbert ve arkadaşları, 2008). Fredrikson (2001) da benzer şekilde olumlu duyguları aktivasyon/uyarılma açısından ikiye ayırmaktadır. Neşe ve mutluluk gibi yüksek uyarılmayı içeren duygularla memnuniyet ve rahatlık gibi düşük uyarılmayı içeren duygular bulunmaktadır. Gilbert ve arkadaşları (2008) olumlu duygular üzerinde yapılan nörobilim çalışmalarından ve duygu düzenleme sistemlerinden yola çıkarak olumlu duyguları aktif duygulanım, rahatlatıcı duygulanım ve güvenli duygulanım olmak üzere üç boyutta ele almıştır.

Türkiye'de iyi oluşla ilgili çalışmalar incelendiğinde genellikle araştırmaların mutluluk, öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş kavramları üzerinde gerçekleştirildiği görülmektedir. Öte yandan Türk toplumunda kültürel anlamda ve günlük hayatta karşılığı olan huzur kavramının bilimsel literatürde yeterince çalışılmadığı görülmektedir. Türkiye'de huzur kavramıyla ilgili Dilmaç'ın (1999)

uyarladığı insani değerler eğitimi programında yer alan iç huzur kavramıyla ilgili etkinlikleri içeren deneysel çalışmanın ve Bacanlı'nın (2016) huzuru benlikler arasındaki ilişkilerle açıkladığı teorik çalışmanın dışında bir çalışmaya rastlanmamıştır. İçinde huzur kelimesi geçen uygulamalı çalışmalarda huzurevi sakinlerinin psikolojik durumlarını incelendiği görülmektedir. Huzurevi sakinlerinin mutluluğu ve yaşam doyumu üzerinde durulurken huzur düzeylerinin incelenmemiş olduğu görülmektedir. Duygular genellikle olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım olmak üzere iki boyutta ele alınırken olumlu duygulanımın da kendi içinde birbirinden farklı özellikler gösteren boyutları bulunmaktadır. Huzur kavramının ayrıntılı tanımlanmasının yapılmasından sonra bu kavramı değerlendirebilecek ölçme araçlarının geliştirilmesi bilimsel literatüre ve uygulamalı çalışmalara katkı sağlayabilir. İyi oluşla ilgili alan yazın incelendiğinde Türkiye'de geliştirilmiş (Örn. Öznel İyi Oluş Ölçeği) ya da Türkçe'ye uyarlanmış (Yaşam Doyumu Ölçeği, Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri) birçok ölçme aracı bulunmaktadır. Ancak huzur kavramını ölçmek için kullanılabilecek bir ölçme aracına rastlanmamıştır.

Yurt dışında yapılan araştırmalarda son zamanlarda bilimsel çalışmalarda mutlulukla ilişkili olarak düşük uyarılmayı içeren duygular ve içsel uyum üzerinde durulmaya başlanmıştır. Bu araştırmada ifade edilen huzur kavramına benzer olarak literatürde Olumlu Duygulanım Tipleri Ölçeği (Gilbert ve diğerleri, 2008), Otantik Kalıcı Mutluluk Ölçeği (Dambrun ve arkadaşları, 2012), Doğu Asya için bu yapıyı ölçmeyi amaçlayan Huzurlu Zihin Ölçeği (Lee ve diğerleri, 2013), hem Batılı ve hem de Asyalı katılımcılar arasında geçerlik çalışmaları yapılan Uyum Ölçeği (Kjell, Daukantaitė, Hefferon ve Sikström, 2016) olmak üzere dört çalışma bulunmaktadır. Ancak kültürel duyarlılık gereği ilk etapta bu ölçeklerden herhangi birini uyarlamak yerine Huzur Ölçeğinin geliştirilmesinin daha faydalı olabileceği düşünülmüştür. Ayrıca bu ölçme araçlarının kavramsal anlamda tam olarak huzur kavramını yansıtamayabileceği ya da ifadelerin doğası gereği Türkçe maddelerin İngilizce maddelerle eşdeğerliği konusunda çeviri çalışmalarında bazı sorunlar yaşanabileceği düşünülmüştür. Huzur kavramı düşük uyarılmayı içeren huzur, rahatlık, sakinlik ve dinginlik gibi duyguları yansıtan iç uyum ve dengeyi temsil etmektedir. Batı toplumları bireysel değerleri ön plana çıkararak daha çok mutluluk kavramı üzerinde dururken Doğunun felsefi ve dini geleneklerinde huzur kavramının önemli bir yeri bulunmaktadır. Namaz ve Meditasyon gibi uygulamaların insanın huzurlu hissetmesiyle ilgili olduğu söylenebilir. Günlük yaşamda da insanlar genellikle hayattan beklentilerini huzur ve mutluluk olmak üzere iki farklı şekilde ifade etmektedir. Mutluluk

üzerinde yapılan bilimsel çalışmaların psikolojik danışma, eğitim sistemi ve yönetim politikaları gibi birçok alanda yansımaları olmaktadır (Ryan ve Deci, 2001). Huzur konusunda yapılacak çalışmalar da psikolojik danışmanlar, öğretmenler ve yöneticiler için yol gösterici olabilir. Huzur Ölçeği'nin geliştirilmesi Türkiye'de huzur kavramıyla ilgili yapılacak araştırmalara kolaylık sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı Huzur Ölçeği'nin geliştirilmesi ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesidir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmaya katılan bireyler Sinop ili merkez sınırları içinde yaşayan yetişkinler ve lisans programlarında öğrenim gören üniversite öğrencileri arasından çok aşamalı örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Veriler 1. örneklemde 450 katılımcı ve 2. örneklemde 450 katılımcı olmak üzere toplam 900 katılımcıdan toplanmıştır. 1. örneklemdeki 450 katılımcının 281'i kadın, 160'ı erkek ve 236'sı üniversite öğrencisi, 214'ü yetişkindir. 2. örneklemdeki 450 katılımcının 267'si kadın, 170'i erkek ve 232'sı üniversite öğrencisi ve 218'i yetişkindir. İki örneklemde bulunan toplam 900 katılımcıların yaşları 18 ile 75 arasında değişmektedir ve yaş ortalamaları 30,46 (±12,94) olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların 468'i (%52) üniversite öğrencisi ve 432'si (%48) yetişkindir. Yetişkin grubu 228'i öğretmen, 100'ü devlet kurumu çalışanı, 97'si diğer çalışma durumuna sahip olanlardan oluşmaktadır. Üniversite öğrencilerinin 182'si 1. sınıf öğrencisi, 170'i 2. sınıf öğrencisi v e 110'u 3. sınıf öğrencisidir. Üniversite öğrencilerinin 102'si sağlık meslek yüksekokulunda, 82'si fen-edebiyat fakültesinde, 19'u mühendislik fakültesinde, 57'si ilahiyat fakültesinde, 208'i eğitim fakültesinde öğrenim görmektedir. Uyum geçerliği için PERMA Ölçeği ve Huzur Ölçeği yaşları 25 ile 57 arasında değişen, yaş ortalaması 32.14 (±6.19) olan 21 kadın ve 29 erkek olmak üzere toplam 50 katılımcıya uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

PERMA Ölçeği: Butler ve Kern (2016) tarafından geliştirilen ve Demirci, Ekşi, Dinçer ve Kardaş, (2017) tarafında Türkçeye uyarlanan PERMA Ölçeği, Martin Seligman'ın iyi oluş ile ilgili beş boyutlu (olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarılar) kavramsallaştırmasını ölçüme dökmeyi

amaçlamaktadır. Ölçek her boyutta 3 madde olmak üzere toplam 15 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelere ek olarak 8 madde daha ölçeğe eklenmiştir. 1 madde genel iyi oluşu, 3 madde sağlıklılığı, 3 madde olumsuz duyguları ve 1 madde de yalnızlığı ölçmektedir. PERMA Ölçeği'nin doğrulayıcı faktör analizi sonuçlar ölçme modelinin kabul edilebilir düzeyde uyum verdiğini göstermiştir. Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .42 ile .89 arasında değişmektedir. Ölçekteki alt boyutların Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .61 ile .81 arasında değişmektedir (Demirci ve arkadaşları, 2017).

Bu araştırmada Huzur Ölçeği'nin ölçüt bağıntılı geçerliği için PERMA Ölçeği kullanılmıştır. PERMA Ölçeği'nin toplam puanı, olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarı, olumsuz duygular ve sağlık alt boyutları ve yalnızlık maddesi ile Huzur Ölçeği arasındaki korelasyon katsayılarına bakılmıştır.

Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Huzur ölçeğini geliştirmek için huzurla ilgili kuramsal alt yapı oluşturulmuş, literatür taraması yapılmış ve benzer ölçekler incelenmiştir. Yapılan çalışmalar sonrasında 43 maddelik bir taslak form oluşturulmuştur. Taslak form oluşturulduktan sonra ölçek maddeleri ve ölçülmek istenen yapı arasındaki tutarlılığı incelemek ve ölçek maddelerini değerlendirmek için uzman görüşüne başvurulmuştur. Uzman görüşleri temel olarak nitel bir çalışma olarak görülmektedir. Uzman görüşüne dayalı nitel çalışmalar kapsam geçerlik oranları ve kapsam geçerlik indeksleri aracılığıyla istatistiksel nicel çalışmalara dönüştürülebilmektedir (Yurdugül, 2005). Ölçek maddelerini değerlendirmeleri için eğitim bilimleri ve psikoloji alanında çalışmalar yapan 8 akademisyenin görüşü alınmıştır. Uzman görüşlerinin değerlendirilmesi için Davis (1992) tekniği kullanılmıştır. Her bir madde uzmanlar tarafından "kalmalı", "düzeltilmeli/ yararlı" ve "çıkartılmalı/gereksiz" şeklinde değerlendirilmiştir. Uzmanların açıklama yapmalarına, madde üzerinde düzenleme yapmalarına ve madde önerisi getirmelerine imkân sağlayacak şekilde ölçeğin uzman değerlendirme formunda maddelerin paralel satırlarında boşluk bırakılmıştır. Kapsam geçerlilik indeksi madde için "kalmalı" ve "düzeltilmeli/ yararlı" diyen uzman sayısının toplam uzman sayısına bölümüyle elde edilir. Bir maddenin ölçekte yer alabilmesinde .80 değeri kapsam geçerlik indeksi için ölçüt olarak kabul edilmektedir (Yurdugül, 2005). Kapsam geçerlik indeksinin sekiz uzmana göre hesaplamasına göre en az yedi uzmanın madde konusunda ölçekte kalması ya da düzeltilmesi yönünde görüş bildirmesi

gerekmektedir. İki uzman, bazı maddelerin diğer maddelere benzer özellikler göstermesi, başa çıkma becerileri ve olumsuz duygularla ilişkili olması gerekçeleriyle çıkartılması yönünde görüş belirtilmiştir. Huzur Ölçeği'nin taslak formunda bulunan 43 maddenin sekiz uzmanın değerlendirmesi sonucunda hesaplanan kapsam geçerlik indeksleri ve uzmanların önerileri doğrultusunda maddeler elenmiş, düzenlenmiş ve 27 madde taslaktan çıkarılarak 16 maddelik son formu ile katılımcılardan veri toplanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için önce açımlayıcı ardından da doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Ölçeğin güvenirlik özellikleri iç tutarlık ve test tekrar test yöntemiyle incelenmiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği için PERMA Ölçeği ile arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Maddeler düzeltilmiş madde-toplam puan korelasyonu ile incelenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi iki ayrı örneklemden toplanan 900 katılımcıdan toplanan veriler üzerinde yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ise hem 1. örneklemi oluşturan 450 katılımcıdan hem de 2. örneklemi oluşturan 450 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinde uygulanmıştır.

Bulgular

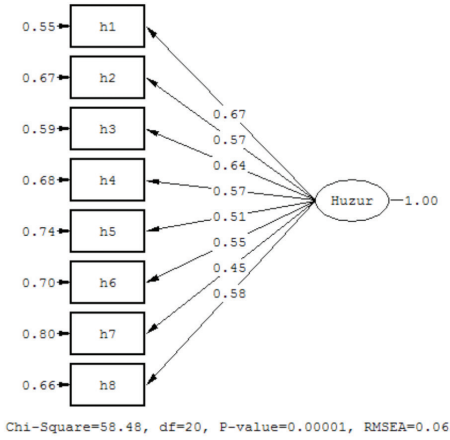
Yapı Geçerliği

Huzur Ölçeği'nden elde edilen verilerin faktör analizine uygunluğunu gösteren KMO değeri .86 olarak hesaplanmış ve Barlett Küresellik Testi anlamlı bulunmuştur (x^2=14790,300, sd = 28, $p < .000$). Huzur Ölçeği'nin yapı geçerliğini değerlendirmek için yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin öz değeri 3,226 olan, toplam varyansın %40,328 açıklayan ve 8 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .55 ile .71 arasında sıralanmaktadır. Ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları .42 ile .56 arasında değişmektedir. Bulgular Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Huzur Ölçeği'nin faktör analizi sonuçları, düzeltilmiş madde toplam test korelasyonları, maddelerin ortalamaları ve standart sapmaları

Madde No	$\overline{X}$	Ss	Faktör Yükleri	Madde toplam puan korelasyonları
1	3.57	.87	.71	.56
2	3.94	.98	.69	.46
3	3.28	.93	.68	.55
4	3.75	.86	.64	.46
5	3.51	1.02	.61	.44
6	3.63	1.20	.61	.50
7	4.02	.94	.58	.42
8	4.04	.96	.55	.53

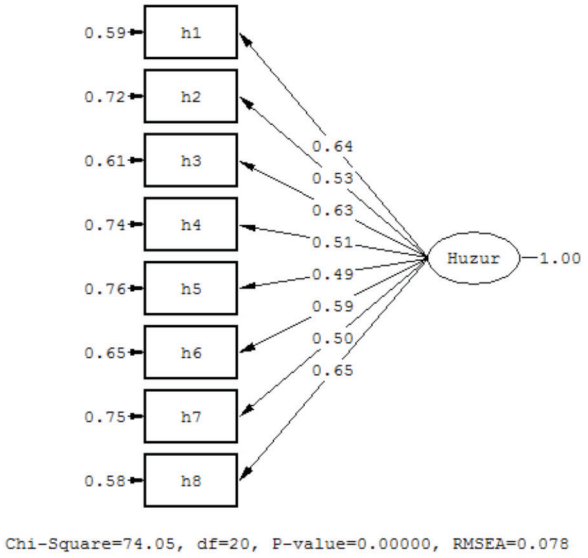
Huzur Ölçeği'nin tek boyutlu yapısını değerlendirmek üzere 450 katılımcıdan oluşan 1. örneklemden elde edilen veriler üzerinde uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri; $\chi^2_{(20, N = 450)} = 58.48$, x^2/ sd = 2.93, $p < .001$, CFI = .97, NFI = .96, NNFI = .96, SRMR = .041, RMSEA = .065 olarak bulunmuştur. Modelin uyum indeksleri incelendiğinde tek boyutlu modelinin kabul edilebilir düzeyde uyum verdiği görülmüştür. Ölçeğin faktör yükleri .44 ile .67 arasında değişmektedir. Ölçeğin faktör yapısı Şekil 1'de görülmektedir.



Şekil 1. Huzur Ölçeği'nin Yol Diyagramı ve Faktör Yükleri

Huzur Ölçeği'nin tek boyutlu yapısını değerlendirmek üzere 450 katılımcıdan oluşan 2. örneklemden elde edilen veriler üzerinde uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri; $\chi^2_{(20, N = 450)} = 74{,}05$, x^2/ sd = 3,67, $p < .001$, CFI = .96, NFI = .95, NNFI = .94, SRMR = .045, RMSEA

= .078 şeklinde bulunmuştur. Modelin uyum indeksleri incelendiğinde tek boyutlu modelinin kabul edilebilir düzeyde uyum verdiği görülmüştür. Ölçeğin faktör yükleri .49 ile .65 arasında değişmektedir. Ölçeğin faktör yapısı Şekil 2'de görülmektedir.



Şekil 2. Huzur Ölçeği'nin Yol Diyagramı ve Faktör Yükleri

Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Huzur Ölçeği'nin ölçüt-bağıntılı geçerliği için PERMA Ölçeği ile arasındaki ilişkiler 50 katılımcıdan toplanan verilerle incelenmiştir. Ölçekler ve alt boyutlar arasındaki korelasyon katsayılarını ve betimsel istatistiklerini gösteren bulgular Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2. Huzur ve İyi Oluş Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Katsayıları

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Huzur	-									
2. İyi Oluş	.665**	-								
3. Olumlu Duy.	.663**	.896**	-							
4. Bağlanma	.529**	.898**	.781**	-						
5. İlişkiler	.421**	.694**	.505**	.586**	-					
6. Anlam	.609**	.879**	.780**	.725**	.462**	-				
7. Başarı	.532**	.833**	.677**	.675**	.396**	.755**	-			
8. Sağlık	.563**	.598**	.487**	.464**	.465**	.416**	.665**	-		
9. Yalnızlık	-.344*	-.444**	-.365**	-.394**	-.375**	-.393**	-.317*	-.174	-	
10. Olumsuz Duy.	-.614**	-.586**	-.516**	-.473**	-.471**	-.488**	-.486**	-.427**	.609**	-
Ortalama	29.26	116.58	21.62	21.94	22.44	21.96	21.46	21.78	4.94	13.62
Standart Sapma	4.94	19.26	4.22	4.42	4.11	4.19	4.27	5.87	2.63	5.01

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

Huzur, toplam iyi oluş (.66), olumlu duygular (.66), bağlanma (.53), ilişkiler (.42), anlam (.61), başarı (.53) ve sağlık (.56) ile pozitif ilişkili, yalnızlık, (-.34), olumsuz duygularla (-.61) negatif ilişkili bulunmuştur.

Güvenirlik

Ölçme aracının iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin üç hafta arayla 62 katılımcıya yeniden uygulanmasından elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 3'de yer almaktadır.

Tablo 3: Huzur Ölçeği'nin Güvenirlik Bulguları

Ölçek	Uygulama	$\overline{X}$	Ss	r n(62)
Huzur	İlk uygulama	29,77	4,78	.83
	İkinci uygulama	29,67	5,10	

Tartışma

Bu çalışmada Huzur Ölçeği'nin geliştirilmesi ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek üzere önce açımlayıcı ardından da doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi için verilerin uygunluğu hesaplanan Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değerinin .60'ın üzerinde olduğu ve Barlett Testi'nin ki-kare değerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür (Büyüköztürk, 2011). Araştırmada elde edilen bulgular faktör analizi için örneklem büyüklüğünün yeterli olduğunu ve verilerin dağılımının uygun olduğunu ortaya koymaktadır. Analiz sonucunda ölçeğin tek faktörlü bir yapısı olduğu görülmüştür. Literatürde faktör analizi çalışmalarında yüklerinin toplam varyansın %40'ını açıklaması önerilmektedir (Kline, 2000). Araştırmada elde edilen tek boyutlu yapının açıkladığı toplam varyans oranının yeterli olduğu söylenebilir.

Ölçeğin tek boyutlu yapısını değerlendirmek için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde sınanan modelin uyum yeterliği çeşitli uyum indeksleriyle değerlendirilmektedir. Kline (2015) x^2 değerinin serbestlik derecesine oranı (Modelin x^2 ve p değerleriyle birlikte verilmelidir), RMSEA (Yaklaşık Hatalarının Ortalama Karekökü), SRMR (Standartlaştırılmış Ortalama Hatalatın Karekökü) ve CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi) indekslerinin verilmesinin yeterli olduğunu ifade etmektedir. Bu indekslerin dışında NFI, NNFI, IFI ve RFI indeksleri de kullanılabilmektedir. RMSEA ve SRMR değerlerinin .08'in altında olması kabul edilebilir olarak değerlendirilmektedir (Brown ve Cudeck, 1993). x^2/sd değerinin 3'ün altında olması yeterli görülürken bazı çalışmalarda bu değerin 5'in altında olması yeterli kabul edilmektedir (Bollen, 1989; Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003). Genel olarak CFI NFI, NNFI, IFI ve RFI indekslerinin .90'ın üstünde olması kabul edilebilir olarak değerlendirilmektedir (Bentler, 1990; Brown, 2015; Brown ve Cudeck, 1993; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010; Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003). Huzur Ölçeği'nin DFA sonuçları tek boyutlu faktör yapısının uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir.

Huzur Ölçeği'nin güvenirlik çalışmalarında iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ve test tekrar test güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Cronbach alpha iç tutarlık katsayılarının .70'in üzerinde olması yeterli kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2011). Huzur Ölçeği'nin iç tutarlık ve test-tekrar test katsayıları .70'in üzerinde olduğu için ölçeğin güvenirliğinin yeterli olduğunu ifade edilebilir. Ölçeğin madde analizi için düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları ile yapılmıştır. Dü-

zeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .30 ve üzerinde olmasının maddelerin benzer özellikleri ölçtüğünü gösterdiği söylenebilir (Büyüköztürk, 2011).

Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmasında katılımcıların huzur düzeyleri ile iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Huzur Ölçeği'nin PERMA Ölçeğinin toplam puanıyla pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Huzur; olumlu duygular, hayata bağlanma, iyi ilişkiler, yaşamın anlamı ve amacı, başarı ve sağlıklılık ile pozitif ilişkiliyken yalnızlık ve olumsuz duygularla negatif ilişkili bulunmuştur. Birbiriyle ilişkili özellikler gösteren huzur ve iyi oluşun boyutları arasındaki ilişkilerin öngörüldüğü gibi pozitif yönde bulunmuştur. Bu bulguların ölçeğin uyum geçerliğinin bir göstergesi olduğu söylenebilir.

Bu araştırmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle kapsam geçerliği için uzman görüşleri sonrasında 43 maddenin 16 maddeye düşmesi bir sınırlılık olarak görülmektedir. Kapsam geçerlik indeksi hesaplamasına göre (madde için "kalmalı" ve "düzeltilmeli/ yararlı" diyen uzman sayısı/toplam uzman sayısı) sekiz uzmandan ikisinin madde konusunda olumsuz görüş belirtmesi maddenin çıkarılması için yeterli olmaktadır. Bu araştırmada ölçme aracının ilk psikometrik özelikleri incelenmiştir. İlerleyen çalışmalarda kapsam yeniden değerlendirerek ölçeğin kavramı daha iyi bir şekilde temsil edecek şekilde güncellenmesi faydalı olabilir. Ayrıca duyguları ve kişilik özelliklerini değerlendiren ölçme araçlarında kullanılan sıfat ifadeleri ya da sıfat çiftlerinin bu kavramı ölçmek için kullanılması düşünülebilir. Çalışmanın bir diğer sınırlığı 2. örneklemdeki DFA sonuçlarına göre x^2/sd değerinin 3 ile 5 arasında olmasıdır. Ancak diğer uyum indeksleri kabul edilebilir sınırlarda olduğu için ve 1. Örneklemdeki DFA sonuçlarına göre x^2/sd değerinin 3'ün altında olduğu için maddelerin hata varyansları arasında herhangi bir modifikasyon yapılmamıştır. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerlik için kullanılan örneklemin görece küçük olması (N = 50) bir sınırlılık olarak ifade edilebilir. Sonraki çalışmalarda daha geniş örneklemlerde ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması yapılabilir. Ancak küçük örneklemde ortaya çıkan bu ilişkiler daha büyük örneklemlerde benzer ilişkilerin ortaya çıkabileceğinin göstergesi olarak kabul edilebilir.

Huzur kavramıyla ilgili yapılan araştırmalarda huzurun depresyon ve anksiyete ile olan negatif ilişkisinin yaşam doyumu ve mutluluk gibi kavramlara göre daha güçlü olduğu bulunmuştur (Lee ve diğerleri, 2013). Mutluluğun kişilik özellikleriyle olan ilişkini inceleyen araştırmalarda nevrotizm yerine bu kavramın tersi olarak ifade edilen duygusal denge kavramının kullanıldığı çalışmada

mutluluğu yordayan en güçlü kişilik değişkeninin duygusal denge olduğu görülmüştür (Hills ve Argyle, 2001). Duygusal dengenin bireyin huzurlu olmasının bir göstergesi olduğu söylenebilir. Huzur kavramının, olumlu duygulanımla ilgili benzer diğer kavramlara göre hem olumlu hem de olumsuz ruh sağlığı değişkenleriyle daha güçlü ilişkiler göstermesi, bu alanda çalışmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Ölçeğin, psikolojik iyi oluş, psikolojik sağlamlık, farkındalık, öz-anlayış, kişilik özellikleri, depresyon, anksiyete ve stres gibi kavramlarla ilişkilerinin incelenmesi hem ölçeğin psikometrik özelliklerinin daha iyi bir şekilde anlaşılması hem de literatüre katkı sunması açısından faydalı olabilir. Bireylerin uyum, denge, rahatlık, güven, iç barış gibi özellikleriyle ifade edilebilecek olan huzur kavramını ölçmeyi amaçlayan Huzur Ölçeği'nin psikometrik özellikleri genel olarak değerlendirildiğinde Huzur Ölçeği'nin Türkiye'de yürütülecek çalışmalarda kullanılabileceği söylenebilir.

Kaynakça

Bacanlı, H. (2016). Nasıl huzurlu olunur? Benlik açısından huzur modeli. *Uluslararası Manevi Rehberlik Kongresinde sunulan bildiri*, Temmuz 2016, İstanbul, Türkiye.

Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin, 107*(2), 238.

Brown, M. ve Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In: K. A. Bollen ve J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (s. 136-162). Beverly Hills, CA: Sage.

Brown, T. A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: Guilford Press.

Butler, J. ve Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing, 6*(3), 1-48.

Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. (11. bs.). Ankara: PEGEM A Yayıncılık.

Christopher, J. C. ve Hickinbottom, S. (2008). Positive psychology, ethnocentrism, and the disguised ideology of individualism. *Theory & Psychology*, *18*(5), 563-589.

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Pegem Akademi.

Deci, E. L. ve Ryan, R., M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, *9*(1), 1-11.

Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D. ve Kardaş, S. (2017). Beş boyutlu iyi oluş modeli: PERMA Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği. *The Journal of Happiness & Well-Being, 5*(1), 60-77.

Dambrun, M., Ricard, M., Després, G., Drelon, E., Gibelin, E., Gibelin, M. ve diğerleri (2012). Measuring happiness: from fluctuating happiness to authentic–durable happiness. *Frontiers in psychology, 3*(16), 1-11.

Depue, R. A. ve Morrone-Strupinsky, J. V. (2005). A neurobehavioral model of affiliative bonding: Implications for conceptualizing a human trait of affiliation. *Behavioral and Brain Sciences*, *28*(3), 313-349.

Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2009). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (2nd ed., pp. 62-73). New York, NY: Oxford University Press.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125,* 276-302.

Diener, E., Suh, E., Smith, H. ve Shao, L. (1995). National differences in reported subjective well-being: Why do they occur? *Social Indicators Research, 34,* 7–32.

Dilmaç, B. (1999). *İlköğretim öğrencilerine insani değerler eğitiminin verilmesi ve eğitimin Ahlaki Olgunluk Ölçeği ile sınanması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*,*56*(3), 218-226.

Gilbert, P., McEwan, K., Mitra, R., Franks, L., Richter, A. ve Rockliff, H. (2008). Feeling safe and content: A specific affect regulation system? Relationship to depression, anxiety, stress, and self-criticism. *The Journal of Positive Psychology*, *3*(3), 182-191.

Gray, J. A. (1987). The psychology offear and stress. *Nueva York:* Cambridge University Press,

Hills, P. ve Argyle, M. (2001). Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and individual differences*, *31*(8), 1357-1364.

Keyes, C. L. M., Shmotkin, D. ve Ryff, C. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82,* 1007-1022.

Kjell, O., N., E., Daukantaitė, D., Hefferon, K. ve Sikström, S. (2016). The harmony in life scale complements the satisfaction with life scale: expanding the conceptualization of the cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research, 126*(2), 893-919.

Kline, P. (2000). *The handbook of psychological testing*. London: Taylor & Francis Group.

Kline, R. B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. New York: Guilford publications.

Lee, Y. C., Lin, Y. C., Huang, C. L. ve Fredrickson, B. L. (2013). The construct and measurement of peace of mind. *Journal of Happiness studies*, *14*(2), 571-590.

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In S. Fiske (Eds.), *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166). Palo Alto, CA: Annual Reviews, Inc.

Schermelleh-Engel, K. ve Moosbrugger, H., (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online, 8*(2), 23-74.

Suh, E. M. (2002). Culture, identity consistency, and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*, 1378–1391.

Tsai, J. L., Knutson, B. ve Fung, H. H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology, 90*, 288–307.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions in happiness: contrasts of personal expressiveness (eudiamonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 678–691.

Yurdugül, H. (2005). *Ölçek geliştirme çalışmalarında kapsam geçerliği için kapsam geçerlik indekslerinin kullanılması*. XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi.

Journal of Values Education
Vol. 15, No. 33, 39-60, June 2017
© Center for Values Education

Development of Tranquility Scale and Examination of Its Psychometric Properties*

İbrahim DEMİRCİ**

Halil EKŞİ***

Introduction

The meanings of the concepts of happiness and well-being always have correspondence in everyday life, and interest in these concepts has increased in scientific researches with increasing trend in positive psychology (Ryan and Deci, 2001). The concept of subjective well-being, one of the approaches to explain well-being, means to have more positive emotions and less negative emotions over-life and satisfaction from it. (Diener, Suh, Lucas and Smith, 1999; Diener, Lucas, and Oishi 2002). The psychological well-being perspective which accepts well-being as superior than happiness and accepts this concept as the fulfillment of the potential of the human being criticizes hedonism (Keyes, Shmotkin, and Ryff, 2002; Ryan and Deci, 2001). According to this approach, well-being concept is the process in which the individual acquires an inner-self, fulfilling himself and is fully functioning (Deci and Ryan, 2008). It is emphasized that the individual's ability to live in harmony with the true self forms the basis of well-being (Waterman, 1993).

* This study was developed from İbrahim Demirci's doctoral dissertation that prepared under the supervision of Prof. Dr. Halil Ekşi

** Asst. Prof. Sinop University, Faculty of Education, Department of Educational Sciences, Istanbul / Turkey
E-mail: ibrahimdemircipdr@gmail.com
*** Prof. Marmara University Atatürk Faculty of Education, Educational Sciences Department, Istanbul / Turkey
E-mail: h.eksi70@gmail.com

There are some other viewpoints pinpoint that happiness and well-being can have different cultural meanings (Tsai, Knutson, and Fung, 2006). Bacanlı (2016) suggests that compared to happiness, tranquility is much more important in Turkish and Islamic culture. While happiness is considered as a temporary situation, tranquility is more permanent and is seen as an ideal situation in Turkish and Islamic culture. According to the model of self-unity explaining the concept of tranquility, the tranquility of man is determined according to the relations between the true, the ideal and the required selves (Bacanlı, 2016).

Positive psychology goes beyond specific cultural interpretations and claims to be universal science about the well-being and development of the individual. However, there are opinions suggesting that the cultural and moral assumptions underlying positive psychology are based on Western ideologies. (Christopher and Hickinbottom, 2008). Those who experience positive emotions more than negative ones and those who experience emotions including high-level excitement are considered to have higher levels of subjective well-being (Lee, Lin, Huang and Fredrickson, 2013). Research on subjective well-being shows that subjective well-being in Western societies is generally higher than in Asian societies (Diener, Suh, Smith and Shao, 1995; Suh, 2002).

Gray's (1987) neuropsychological model explains the differences between the behavioral inhibition system and the behavioral activation system in terms of functions and causes that emerges these functions (Gilbert et al., 2008; Gray, 1987). Depue and Morrone-Strupinsky (2005) describe two different positive emotional regulation systems that interact with each other in their neurophysiological studies on positive emotions (Depue and Morrone-Strupinsky, 2005, Gilbert et al., 2008). Similarly, Fredrikson (2001) divides positive emotions into two in terms of activation/arousal. Gilbert et al. (2008) examined positive emotions in three dimensions: active emotion, comfort emotion and safe emotion.

No study has been found in this topic in Turkish literature except a theoretical study conducted by Bacanlı (2016) investigating the relation between tranquility and emotional work and another experimental study is conducted by Dilmaç (1999) on the concept of tranquility which is included in the activities related to the concept of tranquility of mind in the humane values education program. Similar to the concept of tranquility expressed in this research some other studies conducted in foreign literature; Peaceful Mind Scale (Gilbert et al., 2008), Authentic Permanent Happiness Scale (Dambrun et al., 2012), Peaceful Mind Scale aiming to measure this for East Asia (Lee et al. 2013), and the Ad-

aptability Scale (Kjell, Daukantaitė, Hefferon, and Sikström, 2016), for which validity studies were conducted between both Western and Asian participants. However, due to cultural sensitivity, it was thought that the development of the Peace Scale could be more beneficial than adapting any of these scales in the first place. Scientific studies on happiness are reflected in many areas such as psychological counseling, education system and management policies (Ryan and Deci, 2001). The purpose of this research is to develop the Scale of Tranquility and to examine the psychometric properties of the scale.

Methodology

Participants

Individuals participating in the study were picked by multi-stage sampling among adults living in the borders of Sinop province center and university students studying undergraduate programs. The data were collected from a total of 900 participants, the first sample includes 450 participants and the second sample 450 participants. For ensuring the convergent validity of the scale, PERMA scale was selected and applied to 50 participants, aged between 25 and 57, with a mean age of 32.14 (± 6.19), 21 female and 29 male.

Instruments

PERMA Scale: The PERMA Scale developed by Butler and Kern (2016) and adapted to Turkish by Demirci, Ekşi, Dinçer, and Kardaş (2017), is a conceptualization of five dimensions (positive emotions, attachment, positive relations, meaning and achievements) (Demirci et al., 2017). In this study, PERMA scale was used for convergent validity of the Tranquility Scale.

Analysis of the Data

In order to develop the scale of tranquility, the theoretical frame about tranquility was established, the literature was searched and similar scales were examined. After this process, a draft including 43-item was created. Following the formation of the draft, expert opinion was consulted to examine and evaluate the consistency between the scale items and the structure to be measured (Yurdugül, 2005). A group of eight academicians working in educational sciences

and psychology have been invited to evaluate the scales. Davis (1992) technique was used to evaluate expert opinions. It was decided that as a criterion for inclusion of an item, .86 consistency index value was determined (Yurdugül, 2005). In accordance with content validity indices and the recommendations of the experts, the items were screened and edited, 27 items were deducted, and data were collected from the participants with the 16-item final form.

Findings

Construct Validity

Depending on the results of the exploratory factor analysis that aims to evaluate the validity of the Peace Scale, it was seen that the scale had a one-dimensional structure with a score of 3,226 eigenvalues, and explaining 40,328% of the total variance and consisting of 8 items. The factor loadings of the measured items range from .55 to .71. Correlations of adjusted item-total scores of the items vary between .42 and .56. The fit index values obtained as a result of the confirmatory factor analysis were found to support one dimensional structure in the first sample ($\chi 2$ (20, N = 450) = 58.48, x^2/sd = 2.93, p <.001, CFI = .97, NFI = .96, NNFI = .96, SRMR = .041, RMSEA = .065), and in the second sample ($\chi 2$ (20, N = 450) = 74,05, x^2/sd = 3,67, p <.001, CFI = .96, NFI = .95, NNFI = .94, SRMR = .045, RMSEA = .078).

Convergent Validity

For the criterion-related validity of the Tranquility Scale, the relationships between the PERMA Scale and the Tranquility scale calculated with the data collected from 50 participants. It was found that tranquility was positively related to total well-being (.66), positive emotions (.66), attachment (.53), relationships (.42), meaning (.61), achievement (.53) and health (.56) loneliness, (-.34), and negative emotions (-.61).

Reliability

Internal consistency coefficient (Cronbach's alpha) of the measurement tool was calculated as .78. The test-retest reliability coefficient was calculated with the data obtained from 62 participants who took place in the first sample and was found to be .83.

Discussion

To determine the construct validity of the scale, an explanatory factor analysis and confirmatory factor analysis were used. It was found that the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) value of the data for factor analysis was above .60 and the Chi-square value of the Barlett Test was statistically significant (Büyüköztürk, 2011). As a result of the analysis, it is seen that the scale has a one-factor structure. In the literature, it is recommended that if the first factor explains at least 40% of the total variance, scale could be accepted as one-dimensional (Kline, 2000). In the confirmatory factor analysis, the data-model fit of the tested model is assessed by various model fit indices. Kline (2015) states that x^2/df, RMSEA, SRMR and CFI indices are sufficient as a proof of model data fit. Besides these indices, NFI, NNFI, IFI and RFI indices can be used as further proofs. Obtained RMSEA and SRMR values are considered to be below .08 (Brown and Cudeck, 1993). On the other hand, obtained x^2/df value is less than the threshold suggested by various studies (Bollen, 1989, Schermelleh-Engel and Moosbrugger, 2003). It is generally accepted that the CFI NFI, NNFI, IFI and RFI indices should be above .90 (Bentler, 1990, Brown, 2015, Brown and Cudeck, 1993, Çokluk, Şekercioğlu, and Büyüköztürk, 2010; Schermelleh-Engel and Moosbrugger, 2003) and obtained results of these indices support model data fit.

Internal consistency reliability coefficient and test retest reliability coefficient were calculated in reliability studies of Peace Scale. Cronbach alpha internal consistency coefficients are considered to be more than .70 (Büyüköztürk, 2011). It can be said that the corrected item-total correlations of .30 and above indicate that the items measure similar characteristics (Büyüköztürk, 2011).

In the convergent validity study, the relationship between participants' level of tranquility and PERMA was examined. The Tranquility Scale was found to have a significant positive correlation with the total score of the PERMA Scale.

This research has several limitations. First of all, to deduct 27 items from the first data pool and including only 16 items after expert opinions could be a limitation for content validity. According to the calculation of the content validity index (the number of experts who are "remain" and "corrected / useful" for the item / total number of experts), two of the eight experts are express the negative opinion on the item, is sufficient for the removal of the item. In this study, psychometric properties of the measurement tool were examined firstly. In the future studies, it may be useful to search the literature update the content with

most current applications so that it reflects the concept of the tranquility better. It could be cited as a limit to use only 50 participants for -related validity of the scale. In future studies, criterion-related validity studies can be performed in larger samples.

Reviewing researches related to the concept of tranquility, it has been found that the negative relationship between peace, depression and anxiety is stronger than concepts such as life satisfaction and happiness (Lee et al., 2013). It is seen that emotional balance is the strongest personality variable that predicts happiness in studying the concept of emotional balance, which is the opposite of neuroticism, in studies investigating the relationship between personality traits and happiness (Hills and Argyle, 2001). What can be said that considering the findings related to the psychometric properties of the Tranquility Scale, which aims to measure the concept of peace, and can be expressed by features such as harmony, balance, comfort, trust, inner peace, the scale could be used in the future studies that investigate the tranquility.