

Olgun mutluluk ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması¹

Adaptation of the mature happiness scale into Turkish: A validity and reliability study

Faik Sabri Çavuşoğlu² 

Elif Baykal³ 

Öz

Bu çalışmada, Pozitif Psikoloji 2.0 (PP 2.0) kuramsal çerçevesi doğrultusunda geliştirilen Olgun Mutluluk Ölçeğinin (Mature Happiness Scale-Revised) Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır. Çalışma, ölçeğin dilsel eşdeğerliliğini ve yapısal geçerlik ile iç güvenilirlik düzeylerini test etmeyi hedeflemiştir. Ölçeğin Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği, İstanbul'da farklı sektörlerde çalışan 303 beyaz yakalı çalışandan elde edilen verilerle analiz edilmiştir. Dilsel eşdeğerlilik kapsamında İngilizce ve Türkçe formlar arasında madde düzeyinde orta-yüksek korelasyonlar (0,504 - 0,768) ve toplam puan düzeyinde çok yüksek korelasyon katsayısı ($r = 0,990$) bulunmuştur. Yapısal geçerlik için yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA), ölçeğin tek boyutlu modelinin CFI (0,972), GFI (0,974), AGFI (0,944) ve RMSEA (0,064) gibi iyi uyum indeksleri ile desteklendiğini göstermiştir. Ölçeğin iç güvenilirliği Cronbach Alfa katsayısı ile (0,797) "iyi" düzeyde bulunmuştur. Sonuç olarak, Olgun Mutluluk Ölçeğinin Türkçe formu hem teorik hem de psikometrik olarak geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak değerlendirilmiştir. Bu ölçeğin, Türk kültüründe bireylerin psikolojik iyi oluşunu ve pozitif psikoloji araştırmalarını destekleyecek önemli bir araç olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Olgun Mutluluk, Pozitif Psikoloji, Ölçek Uyarlama

Jel Kodları: M12, M54, O15, J24

Abstract

This study aimed to adapt the Mature Happiness Scale-Revised, developed based on the Positive Psychology 2.0 (PP 2.0) theoretical framework, into Turkish. The study tested the linguistic equivalence, structural validity, and internal reliability of the scale. Validity and reliability were analysed using data collected from 303 white-collar employees working in various sectors in Istanbul. For linguistic equivalence, item-level correlations between the English and Turkish forms ranged from moderate to high (0.504–0.768), and the total score correlation was extremely high ($r = 0.990$). Confirmatory factor analysis (CFA) supported the single-factor model of the scale with good fit indices (CFI = 0.972; GFI = 0.974; AGFI = 0.944; RMSEA = 0.064). The scale's internal consistency was "good," with a Cronbach's Alpha coefficient of 0.797. Therefore, the Turkish version of the Mature Happiness Scale was determined to be a theoretically and psychometrically valid and reliable measurement tool. This scale can serve as a valuable tool for supporting research in positive psychology and understanding individuals' psychological well-being within the Turkish cultural context.

Keywords: Mature Happiness, Positive Psychology, Scale Adaptation

Jel Codes: M12, M54, O15, J24

¹ Bu makale İstanbul Medipol Üniversitesi'nde yürütülmekte olan Spiritüel Liderliğin Psikolojik Dayanıklılığa Etkisi ve Olgun Mutluluk Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Uzaktan Çalışma Deneyimi" adlı doktora tezinden türetilmiştir.

² İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Türkiye, faikfaik27@gmail.com

ORCID: 0000-0002-0347-7918

³ Doç. Dr., İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, elif.baykal@medipol.edu.tr

ORCID: 0000-0002-4966-8074

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Faik Sabri Çavuşoğlu,

İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

faikfaik27@gmail.com

Başvuru/Submitted: 30/06/2025

Revizyon/ Revised: 9/09/2025

Kabul/Accepted: 15/09/2025

Yayın/Online Published: 25/09/2025

Atf/Citation: Çavuşoğlu, F.S., & Baykal, E. Olgun mutluluk ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, bmij (2025) 13 (3): 1186-1200 doi: <https://doi.org/10.15295/bmij.v13i3.2615>

Extended Abstract

Adaptation of the mature happiness scale into Turkish: A validity and reliability study

Literature

In recent years, positive psychology has expanded its focus beyond strengths and positive experiences to include coping with adversity, meaning-making, and psychological resilience. This shift, known as Positive Psychology 2.0 (PP 2.0), emphasises the transformative value of both positive and negative life experiences. Within this framework, mature happiness has emerged as a key concept, referring to an individual's capacity to accept life's inevitable difficulties and achieve inner harmony and well-being.

The Mature Happiness Scale was developed by Paul Wong in 2018 as a 12-item, single-dimension instrument (Wong, 2018). It assumes that happiness and peace are achieved by embracing life in its entirety, both joys and challenges. In 2023, Carreno et al. revised the scale through a cross-cultural study, removing five items and validating a seven-item version under the name Mature Happiness Scale-Revised (Carreno et al., 2023).

Given the growing global interest in fostering mature happiness, culturally adapted measurement tools are needed. This study aims to adapt the Mature Happiness Scale-Revised into Turkish and evaluate its psychometric properties, including linguistic equivalence, structural validity, and internal consistency. Data were collected from 303 white-collar employees across various sectors in Istanbul.

The Turkish adaptation of the scale provides a valid and reliable tool for researchers and practitioners to assess mature happiness, inner balance, and resilience. The findings are expected to contribute to both academic research and practical applications by deepening the understanding of mature happiness and supporting efforts to enhance psychological well-being.

Research subject

Mature happiness, grounded in the theoretical framework of Positive Psychology 2.0 (PP 2.0), highlights psychological resilience through meaning-making in the face of adversity. The Mature Happiness Scale-Revised (MHS-R), initially developed by Wong (2018) and later refined by Carreno et al. (2023), was designed to capture this construct.

Research purpose and importance

This study aims to adapt the MHS-R into Turkish and validate its linguistic and psychometric properties within a non-Western cultural context. By responding to the growing global interest in measuring mature happiness, it addresses a significant gap in cross-cultural psychological assessment.

Contribution of the article to the literature

This is the first known study to adapt and validate the MHS-R in the Turkish language. It contributes to the literature by providing a new instrument for researchers to examine positive psychology constructs within Turkish populations and organisational contexts.

Design and method

Research type

This study employs a descriptive research design, focusing on the adaptation of a psychological measurement scale. The Mature Happiness Scale-Revised, initially developed by Carreno et al. (2021) as a unidimensional, seven-item instrument using a 5-point Likert format, was employed in this study. To date, it has not been utilised in any Turkish-language research. For this study, permission to use the scale was obtained via email from the original developer.

Research problems

Is the Turkish version of MHS-R linguistically equivalent to the original?

Does it maintain its unidimensional structure?

Is it internally consistent in the Turkish context?

Data collection method

The sample of this study consists of white-collar employees working in privately held companies in Istanbul. Data were collected from 303 employees across various firms through an online survey administered via Google Forms.

Table 1: Demographic Characteristics

Gender	Male	89
	Female	214
	Total	303
Education	High School	22
	Associate Degree	22
	Bachelor's Degree	174
	Master's Degree	70
	Phd	15
	Total	303
Age	25 and below	23
	26-30	88
	31-40	113
	41-50	65
	51 and above	14
	Total	303
Work Experience	0-2 years	29
	3-5 years	68
	6-10 years	104
	11 years and above	102
	Total	303

Quantitative/qualitative analysis

Analyses included correlation analysis for linguistic equivalence, confirmatory factor analysis (CFA) for structural validity, and Cronbach's Alpha for internal reliability.

Research model

The study tested a single-factor model with seven items, as in the original MHS-R.

Research hypotheses

H0: The Turkish version of the Mature Happiness Scale-Revised (MHS-R) will display statistically significant and high correlations with the original English version at both the item and total-score levels.

H1: The Turkish-adapted MHS-R will retain its single-factor structure in a Turkish sample and yield good model-fit indices in confirmatory factor analysis.

H2: The Turkish form of the MHS-R will demonstrate high internal reliability, with Cronbach's Alpha equal to or exceeding .70.

Findings and discussion

Findings as a result of analysis

The findings demonstrated that the scale achieved a high level of conceptual consistency in terms of linguistic equivalence. Item-level correlation coefficients between the English and Turkish versions ranged from moderate to high (0.504–0.768). In contrast, the correlation between the total scores ($r = 0.990$, $p < .001$) indicated an almost perfect match between the two forms. This provides strong evidence that the Turkish version is a highly reliable linguistic adaptation of the original scale. Particularly high correlations in items such as Item 6 and Item 1 supported the preservation of conceptual integrity during the adaptation process. Although the relatively lower correlation in Item 3 may suggest minor semantic shifts due to cultural or contextual differences, it does not compromise the overall success of the adaptation.

Regarding structural validity, the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) value of 0.803 indicated suitability for factor analysis, while Bartlett's Test of Sphericity ($\chi^2(21) = 584.244$, $p < .001$) confirmed the adequacy of the sample. Confirmatory Factor Analysis (CFA) supported the unidimensional structure, showing that a single-factor model consistent with the theoretical construct had satisfactory fit indices (CFI = 0.972; GFI = 0.974; AGFI = 0.944; RMSEA = 0.064). Factor loadings ranged from .38 to .74, demonstrating adequate representation of the theoretical construct.

For internal consistency, the Cronbach's Alpha coefficient was 0.797, indicating a good level of reliability. These results confirm that the Turkish version of the scale demonstrated strong psychometric properties and measured the construct of mature happiness consistently. Overall, the convergence of linguistic, structural, and reliability findings supports the conclusion that the mature happiness construct, grounded in the PP 2.0 framework, can be validly and reliably assessed within the Turkish cultural context.

Hypothesis test results

H0 (accepted)

In this analysis, the cross-linguistic validity between the original English version and the Turkish translation of the scale was evaluated using Pearson correlation coefficients at the item level. The item-level correlations ranged from 0.504 to 0.768, with the highest correlation observed for Item 6 ($r = 0.768$, $p < 0.001$) and the lowest for Item 3 ($r = .504$, $p = .001$). According to Cohen's (1988) classification, these values indicate moderate ($r = 0.30 - 0.49$) to high ($r = 0.50$ and above) levels of association. This suggests that a meaningful conceptual consistency was achieved between the English and Turkish versions.

The correlation coefficient obtained between the total scores was extremely high ($r = 0.990$, $p < 0.001$), indicating an almost perfect overlap between the two forms of the scale. Such a high level of agreement provides strong evidence that the Turkish version is structurally equivalent to the original English form and that a successful translation process was followed in terms of cross-cultural validity (Hambleton, 2005).

The item-level correlation values obtained after translation are considered indicators of item consistency and conceptual equivalence (Van de Vijver & Hambleton, 1996). The high correlation observed for Item 6 ($r = 0.768$) demonstrates that this item was successfully translated both linguistically and semantically. Similarly, strong correlations were found for other items, such as Item 1 ($r = 0.753$) and Item 4 ($r = 0.682$), further supporting the overall consistency and reliability of the scale.

H1 (accepted)

To examine the structural validity of the scale, a factor analysis based on principal component analysis was conducted. As part of this process, the suitability of the sample data for factor analysis was first assessed using the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Measure of Sampling Adequacy and Bartlett's Test of Sphericity. The KMO value was calculated as 0.803, indicating that the sample size was "good" for factor analysis (Kaiser, 1974). Furthermore, Bartlett's Test of Sphericity was found to be significant ($\chi^2(21) = 584.244$, $p < .001$), suggesting the presence of sufficient intercorrelations among variables to justify the use of factor analysis (Tabachnick & Fidell, 2019).

According to the component matrix obtained from the analysis, all items loaded onto a single factor, confirming the unidimensional structure of the scale. Factor loadings ranged from 0.455 to 0.765. These values are considered adequate, as loadings above 0.40 are generally accepted as significant in the literature (Field, 2018). The highest factor loading (0.765) was observed for the item "I have learned not to dwell on my troubles and difficulties," while the lowest loading (0.455) was found for the item "I am able to live in harmony with the people who matter to me."

Overall, the results of the factor analysis indicate that the scale possesses structural validity within the sample and supports a psychometrically meaningful unidimensional construct.

H2 (accepted)

As a result of the analysis, the Cronbach's alpha coefficient calculated to assess the internal consistency of the scale was found to be .797. This value indicates that the overall reliability of the scale is at a "good" level. According to the reliability thresholds suggested by Nunnally and Bernstein (1994), alpha coefficients above .70 are considered acceptable, while values of .80 and above indicate high internal consistency. In this context, the obtained alpha value of .797 demonstrates that the items of the scale function consistently with each other and reliably reflect the intended construct.

Discussing the findings with the literature

These findings are consistent with Carreno et al. (2023) and Wong and Bowers (2018), reinforcing the cross-cultural validity of mature happiness. The results support the scale's unidimensionality and its applicability in organisational and psychological research.

The Turkish version of the Mature Happiness Scale provides valuable contributions to both academic research and practical applications. It can be beneficial in organisational psychology studies aimed at enhancing psychological resilience and inner balance. The present study demonstrated the successful application of the scale among white-collar employees in Turkey. Moreover, the use of positive psychology instruments in applied settings may play an essential role in shaping organisational culture.

In conclusion, the Turkish version of the Mature Happiness Scale is a valid and reliable instrument. It is expected to make meaningful contributions to the field of positive psychology research and to studies examining individuals' psychological well-being. Future research should investigate the validity and reliability of the scale across various demographic groups and cultural contexts. Such efforts will help evaluate its cultural sensitivity and provide a broader perspective on the universality of the concept of mature happiness.

Conclusion, recommendation and limitations

Results of the article

The Turkish version of the MHS-R is valid and reliable. It is suitable for use in academic and applied settings to assess mature happiness.

Suggestions based on results

Future research should apply the scale to diverse populations in Turkey and investigate its predictive validity in relation to resilience, well-being, and stress management.

Limitations of the article

The sample was limited to white-collar workers in Istanbul. Broader demographic and regional applications are recommended for generalizability.

Giriş

Son yıllarda pozitif psikoloji, yalnızca bireylerin güçlü yanları ve olumlu deneyimleri üzerinde değil, aynı zamanda zorluklarla başa çıkma, anlam arayışı ve psikolojik dayanıklılık geliştirme kapasiteleri üzerinde de odaklanarak kapsamını genişletmiştir. Bu yaklaşım, Pozitif Psikoloji 2.0 (PP 2.0) olarak adlandırılan yeni bir bakış açısını ortaya çıkarmıştır. Bu bakış açısı bireylerin olumlu ve olumsuz yaşam deneyimlerini, dönüştürücü bir güç olarak benimsemelerinin önemine vurgu yapan olgun mutluluk kavramının gelişmesine olanak sağlamıştır. Bu kavram insanların hayatı olumlu ve olumsuz yönleriyle kabul ederek mutlu ve huzurlu bir yaşam elde edeceklerini öne sürmektedir.

Olgun Mutluluk Ölçeği ilk olarak 2018 yılında Paul Wong tarafından 12 madde ve tek boyut olarak geliştirilmiştir (Wong, 2018). Geliştirilen bu ölçek daha sonra 2023 yılında Carreno vd. tarafından kültürlerarası bir çalışma ile test edilmiş ve 5 maddenin ölçekten çıkartılmasıyla tek boyut 7 madde olarak "Mature Happiness Scale-revised" adıyla kabul edilmiştir (Carreno, Eisenbeck ve Greville, 2023).

Farklı kültürlerde olgun mutluluğun teşvik edilmesine yönelik artan ilgi göz önünde bulundurulduğunda bu kavramı ölçmeye yönelik araçların kültürel bağlamlara uyarlanması gereklilik arz etmektedir. Bu çalışma Olgun Mutluluk Ölçeğinin (Mature Happiness Scale-Revised) Türkçeye uyarlanmasını ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin (dilsel eşdeğerlilik, yapısal geçerlik ve iç güvenilirlik) test edilmesini amaçlamaktadır.

Özellikle Türk örgütsel yaşamında, kolektivist değerler, işyeri dayanışması ve çalışanlar arasındaki karşılıklı bağlılık belirgin bir önem taşımaktadır. Bu bağlamda, olgun mutluluk ölçeğinin Türkçe uyarlaması; çalışanların stresle başa çıkma kapasiteleri, örgütsel bağlılık düzeyleri, iş tatmini deneyimleri ve tükenmişlik riskleri gibi kritik değişkenlerle ilişkilerinin incelenmesine olanak sağlayacaktır. Ayrıca, pozitif örgütsel davranış literatüründe öne çıkan psikolojik sermaye bileşenleri olan umut, iyimserlik, öz-yeterlik ve dayanıklılık ile olgun mutluluk arasındaki etkileşimlerin incelenmesi, çalışan refahı ve performansı arasındaki köprüleri anlamada özgün katkılar sunacaktır. Böylece ölçek, yalnızca bireysel düzeyde psikolojik iyi oluşun ölçülmesine katkı sunmakla kalmayıp, aynı zamanda Türk iş kültüründe çalışan refahını ve pozitif örgütsel davranış uygulamalarını destekleyici bilimsel bir araç olarak değer kazanacaktır.

Araştırmanın hipotezleri şu şekildedir:

H₀: Olgun Mutluluk Ölçeği'nin Türkçe versiyonu hem madde düzeyinde hem de toplam puan düzeyinde özgün İngilizce versiyonuyla istatistiksel olarak anlamlı ve yüksek korelasyonlar gösterecektir.

H₁: Olgun Mutluluk Ölçeği'nin Türkçe versiyonu, özgün İngilizce versiyonu gibi tek faktörlü yapısını koruyacak ve doğrulayıcı faktör analizinde kabul edilebilir uyum indeksleri verecektir.

H₂: Olgun Mutluluk Ölçeği'nin Türkçe versiyonu, yüksek iç tutarlılık sergileyecek Cronbach Alfa katsayısı .70'e eşit veya daha yüksek olacaktır.

Olgun mutluluk: Olumsuzluk içinde derin anlam ve pozitif bakış

Pozitif psikoloji, bireylerin yalnızca güçlü yanlarını geliştirmekle kalmayıp aynı zamanda yaşamın kaçınılmaz zorluklarıyla başa çıkma kapasitesini ve anlam arayışını da destekleyen bir psikolojik yaklaşımdır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Bu alanın ikinci dalgası olarak tanımlanan Pozitif Psikoloji 2.0 (PP 2.0), olumlu duyguların ötesine geçerek acı, kayıp ve hayal kırıklığı gibi olumsuz deneyimlerin de psikolojik dayanıklılık ve refah üzerinde önemli bir rol oynadığını vurgular (Ivtzan, Lomas, Hefferon ve Worth, 2016). Bu bağlamda ortaya çıkan "olgun mutluluk" kavramı, bireyin yaşadığı olumsuzlukları anlamlandırarak içsel uyum ve denge geliştirmesi ile doğrudan ilişkilidir.

Pozitif psikoloji, tarihsel olarak hedoni (anlık haz ve zevk arayışı) ve eudaimonia (erdemli ve anlamlı yaşam) odaklı yaklaşımlar etrafında şekillenmiştir (Diener, 1984; Keyes, 2002). Bununla birlikte, bu yaklaşımlar çoğu zaman olumsuz duyguların ve zorlukların dönüştürücü gücünü ihmal etmiş ve bu nedenle PP 2.0, olumlu ve olumsuz yaşantıların birlikte ele alınması gerekliliğine dikkat çekmiştir (Wong, 2011; Wong ve Roy, 2017). Lomas ve Ivtzan (2016), PP 2.0'ın refahı yalnızca keyifli deneyimlerle değil aynı zamanda bireyin acılarını ve olumsuz duygularını içselleştirip dönüştürerek psikolojik dayanıklılık geliştirmesiyle de ilişkilendirdiğini belirtmiştir.

Bu kapsamda olgun mutluluk, bireyin yaşamındaki zorlukları kabullenerek bunlardan anlam çıkarma sürecine dayanır. Tedeschi ve Calhoun'un (2004) belirttiği gibi travmatik yaşam olayları bireyin direncini artırabilir ve kişisel büyüme için bir fırsat sunabilir. Calhoun ve Tedeschi (2006), bu sürecin kişisel anlam üretimiyle doğrudan ilişkili olduğunu savunmaktadır. Olgun mutluluk anlayışı, bireyin

yalnızca olumlu duygulara değil aynı zamanda yaşamındaki acı ve çelişkileri de benimseyerek bütüncül bir refah hali geliştirmesine olanak tanır (Haybron, 2013).

Wong ve Bowers (2018), olgun mutluluğu bireyin güçlü ve zayıf yönlerini bir arada kabul etmesi ve yaşamındaki içsel çatışmaları dönüştürmesi olarak tanımlamaktadır. Bu kavram, Maslow'un (1971) kendini gerçekleştirme ve kendini aşma boyutlarıyla da yakından ilişkilidir (Wong, 2014). Dolayısıyla olgun mutluluk, bireyin hem kendisiyle hem de çevresiyle uyum içinde olmasına katkıda bulunur ve psikolojik dayanıklılığı artırarak daha kalıcı bir refah seviyesi sağlar (Wong, 2011).

Olgun mutluluğa ulaşan bireyler zorluklar karşısında direnç geliştirme ve stresle başa çıkma becerilerini daha etkili şekilde kullanabilirler (Ryff ve Keyes, 1995). Bu bireylerin içsel tatmin düzeylerinin yüksek olması, psikolojik sağlıkları üzerinde olumlu etki yaratarak depresyon ve anksiyete semptomlarını azaltır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Ayrıca, olgun mutluluk yalnızca bireysel refah sağlamaz; aynı zamanda toplumsal katkı ve başkalarıyla sağlıklı ilişkiler kurmayı da kapsar (Wong, 2011). Bu nedenle olgun mutluluk, kişinin hem kendisine hem de başkalarına yönelik sorumluluk bilinciyle şekillenen bir refah modelidir.

Olgun mutluluk, diğer mutluluk biçimlerinden özellikle kalıcılık ve sürdürülebilirlik bakımından ayrışır. Wong ve Bowers (2018), hedonik mutluluğun anlık hazlara dayanarak geçici tatmin sunduğunu; buna karşılık olgun mutluluğun, bireyin uzun vadede anlam arayışını önceliklendirdiğini vurgular. Bu bağlamda Ryan ve Deci (2001), hedonik mutluluğun bireyin yüzeysel zevk arayışını temsil ederken; Waterman (1993) eudaimonik mutluluğun bireyin kendini gerçekleştirme çabalarıyla bağlantılı olduğunu ifade eder. Olgun mutluluk, eudaimonik yaklaşımla benzerlik gösterse de toplumsal fayda sağlama ve başkalarına yardım etme boyutuyla öne çıkar.

Araştırmalar olgun mutluluğun bireylerin psikolojik sağlamlığını güçlendirdiğini ve yaşam doyumunu artırdığını ortaya koymuştur (Wong, 2011). Bu süreç bireyin yaşamındaki stresle daha kolay baş etmesine ve sağlıklı bir zihinsel yapı geliştirmesine katkı sunar. Olgun mutluluğun sosyal bağlamda da önemli olduğu; kişinin topluma katkıda bulunma, başkalarına destek olma ve anlamlı ilişkiler geliştirme motivasyonu yarattığı belirtilmektedir (Wong, 2011). Bu nedenle, olgun mutluluk yalnızca bireysel bir refah kaynağı değil aynı zamanda toplumsal düzeyde de pozitif bir etki yaratabilir.

Sonuç olarak, olgun mutluluk kavramı pozitif psikolojinin ikinci dalgası içinde bireylerin hem olumlu hem de olumsuz yaşam deneyimlerinden anlam çıkararak psikolojik dayanıklılık kazanmalarına ve sürdürülebilir bir mutluluk geliştirmelerine vurgu yapar. Bu yaklaşım hem bireysel hem de toplumsal düzeyde pozitif katkı sağlayarak, yaşamda daha derin ve kalıcı bir anlam duygusu oluşturmaya mümkün kılar (Wong ve Bowers, 2018; Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).

Yöntem

Araştırmanın yöntemi

Bu araştırma ölçek uyarlama niteliği taşıyan betimsel bir araştırmadır. Carreno vd. (2021) tarafından tek boyut 7 madde olarak geliştirilen ölçek "Mature Happiness Scale-revised" adıyla kabul edilmiştir. Ölçeğin orijinal hali 7 madde ve 5'li likert formundadır. Söz konusu ölçek daha önce herhangi bir Türkçe çalışmada kullanılmamıştır. Bu çalışma için ölçeğin geliştiricisinden e-posta yoluyla izin alınmıştır.

Araştırmanın örnekleme

Araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde faaliyet gösteren özel statüdeki kurumsal şirketlerin beyaz yakalı çalışanları oluşturmaktadır. Bu çalışmada örneklemin İstanbul'da görev yapan beyaz yakalı çalışanlardan seçilmesinin belirli kuramsal ve metodolojik gerekçeleri bulunmaktadır. Öncelikle, beyaz yakalı çalışanlar örgütsel yaşamın yoğun bilişsel, duygusal ve sosyal taleplerine maruz kalan bir grup olarak, psikolojik dayanıklılık, stresle başa çıkma ve iş-yaşam dengesi gibi değişkenler açısından incelenmeye elverişli bir örneklem oluşturmaktadır. Bu bağlamda, olgun mutluluk kavramının söz konusu çalışan grubunda test edilmesi, pozitif psikoloji 2.0 literatürünün örgütsel bağlamdaki yansımalarının değerlendirilmesi açısından uygun görülmüştür. İstanbul'un araştırma alanı olarak tercih edilmesinin gerekçesi ise Türkiye'nin en büyük metropolü olması ve çok çeşitli sektörlerde faaliyet gösteren geniş bir beyaz yakalı istihdamına ev sahipliği yapmasıdır. Bu çeşitlilik, elde edilen bulguların farklı sektörlerde ve iş kollarına genellenebilirliğini güçlendirmekte, aynı zamanda ölçeğin Türk iş dünyasında uygulanabilirliğini sınamak açısından zengin bir bağlamsal zemin sunmaktadır. Bununla birlikte, örneklemin yalnızca İstanbul'daki beyaz yakalı çalışanlarla sınırlı olması, elde edilen sonuçların tüm Türkiye'deki farklı demografik ve mesleki gruplara doğrudan genellenmesini kısıtlamaktadır. Bu nedenle, gelecek araştırmalarda farklı illerde, farklı sosyo-ekonomik düzeylerde ve

farklı istihdam türlerinde çalışanların da dahil edilmesi, ölçeğin kültürel ve örgütsel bağlamlarda daha geniş bir geçerlilik çerçevesine oturtulmasına katkı sağlayacaktır.

Bu kapsamda çeşitli firmalarda çalışan 303 kişi basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiş ve Google Forms aracılığıyla veriler toplanmıştır. Bu doğrultuda, 303 kişilik örneklem büyüklüğü faktör analizi ve yapısal eşitlik modellemesi çalışmalarında önerilen en az 300 katılımcı kriterini karşılamakta olup, elde edilen bulguların istatistiksel olarak güvenilirliğini desteklemektedir (Comrey ve Lee, 1992; Tabachnick ve Fidell, 2007; Kline, 2016) Katılımcıların demografik özellikleri aşağıdaki gibidir.

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Cinsiyet	Erkek	89
	Kadın	214
	Toplam	303
Öğrenim Durumu	Lise	22
	Ön Lisans	22
	Lisans	174
	Yüksek Lisans	70
	Doktora	15
	Toplam	303
Yaş	25 ve altı	23
	26-30	88
	31-40	113
	41-50	65
	51 ve üstü	14
	Toplam	303
Çalışma Deneyimi	0-2 yıl	29
	3-5 yıl	68
	6-10 yıl	104
	11 ve üstü	102
	Toplam	303

Kaynak: Yazar tarafından üretilmiştir.

Verilerin analizi

Verilerin analizi için SPSS ve Amos programları kullanılmıştır. Öncelikle dil geçerliliği daha sonra yapı geçerliliği sağlamak amacıyla veri analizleri yapılmıştır.

Ölçeğin kaynak dilden Türkçeye çevrilmesi için çeviri-geri çeviri yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin İngilizce formu ile Türkçe formunun aynı anlamı ifade edip etmediğinin test edilmesi için iki ölçek arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır.

Yapı geçerliliğinin sağlanması için Doğrulayıcı Faktör Analizi ve İç Güvenilirlik Testi yapılmıştır.

Geçerlilik testleri

Geçerlilik testleri kapsamında öncelikle dilsel eşdeğerlilik daha sonra yapısal eşdeğerliliğe yönelik analizler sunulmaktadır.

Dilsel eşdeğerlilik

Dilsel eşdeğerlilik çalışması, ölçek maddelerinin Türkçe olarak doğru ifade edilmesi ve anlaşılabilirliğinin sağlanması için yapılmaktadır.

Bunun için ilk aşama olarak birbirinden habersiz üç yabancı dil bölümü akademisyeni tarafından ölçek maddeleri bağımsız olarak Türkçeye tercüme edilmiştir. Daha sonra bu üç çevirmen bir araya gelerek ortaya çıkan üç farklı tercüme üzerinde tartışarak bir ortak form belirlemişlerdir.

İkinci aşamada çevirmenler tarafından üzerinde uzlaşılan bu ortak form ile bir test-tekrar test çalışması yapılmıştır. Bu çalışma ortaokul seviyesinde İngilizce öğretmenliği yapan 40 Türk öğretmen üzerinde gerçekleştirilmiştir. Öncelikle bu 40 kişiye ölçeğin orijinal İngilizce formu aradan üç hafta geçtikten sonra ise aynı 40 kişiye ölçeğin Türkçe formu uygulanmıştır. Bu iki uygulama sonucunda elde edilen veriler birbiriyle karşılaştırılarak hem maddeler arasındaki korelasyon hem de ölçeğin toplam korelasyonuna bakılmıştır. Hem maddeler arasındaki korelasyon hem de toplam korelasyon anlamlı ve pozitif bulunmuştur.

Tablo 2: Dilsel Eşdeğerlilik Korelasyon Katsayıları

		N	r	p
1	Madde <i>İngilizce 1 x Türkçe 1</i>	40	0,753	0,000
2	Madde <i>İngilizce 2 x Türkçe 2</i>	40	0,601	0,000
3	Madde <i>İngilizce 3 x Türkçe 3</i>	40	0,504	0,001
4	Madde <i>İngilizce 4 x Türkçe 4</i>	40	0,682	0,000
5	Madde <i>İngilizce 5 x Türkçe 5</i>	40	0,623	0,000
6	Madde <i>İngilizce 6 x Türkçe 6</i>	40	0,768	0,000
7	Madde <i>İngilizce 7 x Türkçe 7</i>	40	0,612	0,000
	Toplam <i>İngilizce Toplam x Türkçe Toplam</i>	40	0,99	0,000

Kaynak: Yazar tarafından üretilmiştir.

Bu analizde ölçeğin İngilizce orijinal formu ile Türkçe çevirisi arasındaki çapraz dil geçerliği, her bir madde düzeyinde Pearson korelasyon katsayıları üzerinden değerlendirilmiştir. Madde düzeyinde elde edilen korelasyonlar 0,504 ile 0,768 arasında değişmekte olup, en yüksek korelasyon Madde 6 ($r = 0,768$, $p < 0,001$), en düşük korelasyon ise Madde 3 ($r = 0,504$, $p = 0,001$) için gözlemlenmiştir. Cohen (1988) tarafından önerilen sınıflamaya göre bu değerler orta ($r = 0,30 - 0,49$) ile yüksek ($r = 0,50$ ve üzeri) düzeyde ilişki olarak değerlendirilmektedir. Bu durum, İngilizce ve Türkçe formlar arasında anlamlı kavramsal tutarlılığın sağlandığını göstermektedir.

Toplam puanlar arasında elde edilen çok yüksek korelasyon katsayısı ($r = 0,990$, $p < 0,001$), ölçeğin iki formu arasında neredeyse birebir örtüşme olduğunu ortaya koymaktadır. Bu düzeyde bir uyum, ölçeğin Türkçe versiyonunun yapısal olarak İngilizce form ile eşdeğer olduğunu ve çapraz kültürel geçerlik açısından başarılı bir çeviri süreci izlendiğini göstermektedir (Hambleton, 2005).

Çeviri sonrası madde düzeyinde elde edilen korelasyon değerleri, madde tutarlılığının ve kavramsal eşdeğerliğin göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Van de Vijver ve Hambleton, 1996). Madde 6'da gözlenen yüksek korelasyon ($r = 0,768$), bu maddenin Türkçeye hem dilsel hem de anlamsal düzeyde başarıyla aktarıldığını göstermektedir. Benzer şekilde, Madde 1 ($r = 0,753$) ve Madde 4 ($r = 0,682$) gibi diğer maddelerde de güçlü ilişkiler bulunması, ölçeğin genel anlamda yüksek tutarlılığa sahip olduğunu desteklemektedir.

Madde 3'teki görece daha düşük korelasyon ($r = 0,504$) ise, bu madde özelinde anlam veya bağlam farklarının olabileceğine işaret etmektedir. Ancak, bu değer de istatistiksel olarak anlamlı olduğundan, çeviri süreci açısından kabul edilebilir sınırlar içerisinde (Brislin, 1980).

Yapısal eşdeğerlilik

Dil eşdeğerliliğinin sağlanmasından sonra ölçeğin yapı eşdeğerliliğini sağlamak amacıyla pilot çalışma yapılmıştır. Pilot çalışmanın katılımcıları çeşitli sektörlerde çalışan beyaz yakalılarından oluşmaktadır. Pilot çalışmada 7 maddelik form ile 303 kişiden veri toplanmış ve verilerin tamamı analize dahil edilmiştir. Yapısal eşdeğerliliğin sağlanması için toplanan veriler ile Kaiser-Meyer-Olkin Testi, Barlett Testi, Doğrulamalı Faktör Analizi ve İç Güvenilirlik Testi yapılmıştır.

Tablo 3: KMO ve Bartlett Ölçümleri

Test		Değer
Kaiser-Meyer-Olkin Örnekleme Yeterliliği Ölçümü		0,803
Bartlett Küresellik Testi	Ki-kare Değeri	584,244
	Serbestlik Derecesi	21
	Anlamlılık Düzeyi	0

Kaynak: Yazar tarafından üretilmiştir.

Araştırmada ölçeğin yapısal geçerliliğini incelemek amacıyla temel bileşenler analizine dayalı bir faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda öncelikle örneklem verilerinin faktör analizine uygunluğunu değerlendirmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterlilik testi ve Bartlett küresellik testi uygulanmıştır. KMO değeri ,803 olarak hesaplanmıştır. Bu değer, örneklem büyüklüğünün faktör analizi için “iyi” düzeyde uygun olduğunu göstermektedir (Kaiser, 1974). Ayrıca Bartlett küresellik testi anlamlı çıkmıştır ($\chi^2(21) = 584,244$, $p < 0,001$), bu da değişkenler arasında faktör analizine uygun anlamlı korelasyonların bulunduğunu ortaya koymaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2019).

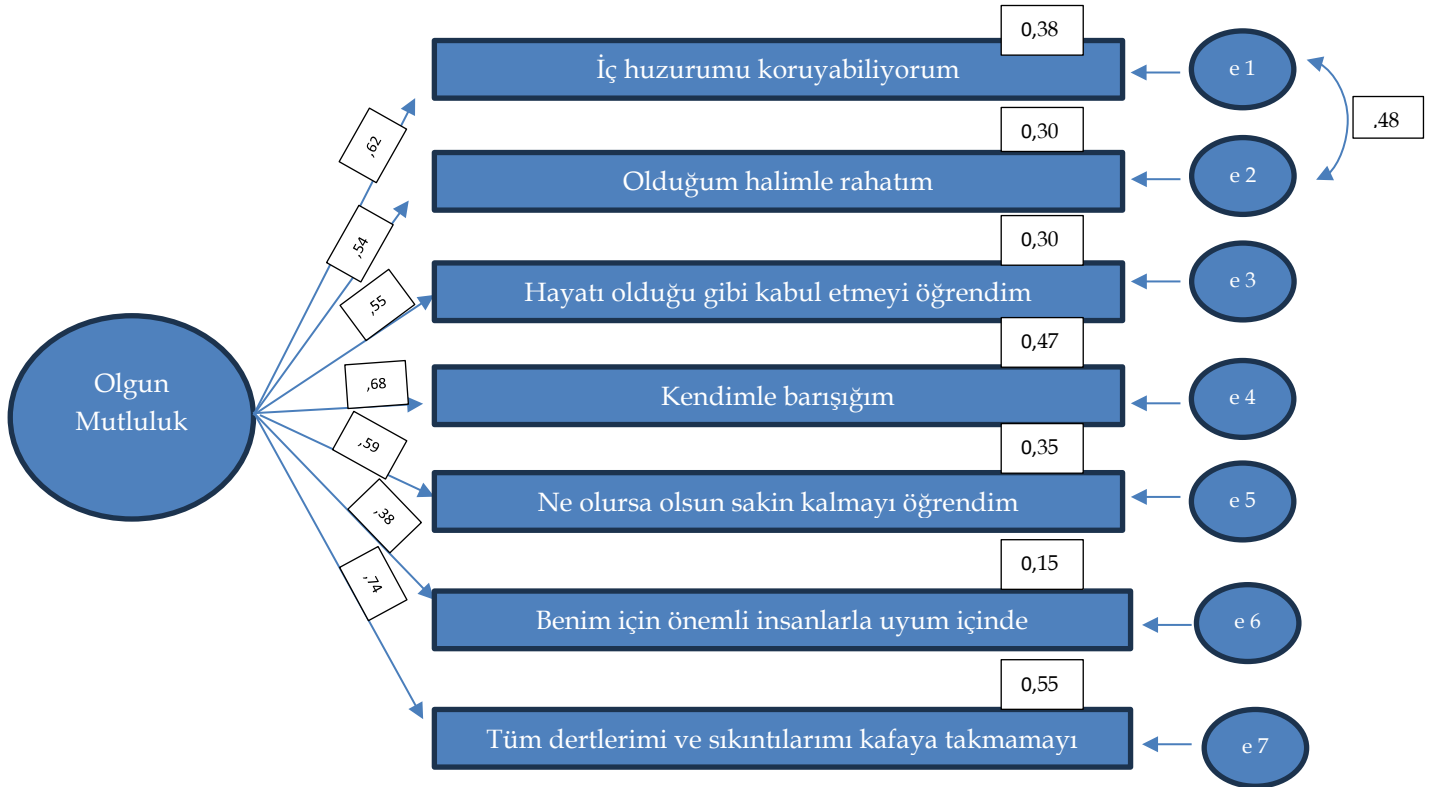
Analiz sonucunda elde edilen bileşen matrisine göre tüm maddelerin tek bir faktör altında toplandığı görülmektedir. Bu durum, ölçeğin tek boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Maddelerin faktör yük değerleri 0,455 ile 0,765 arasında değişmektedir. Bu değerler, genellikle .40'ın üzerindeki yüklerin anlamlı kabul edildiği literatüre göre (Field, 2018) oldukça yeterli düzeydedir. En yüksek faktör yükü 0,765 ile "Tüm dertlerimi ve sıkıntılarımı kafaya takmamayı öğrendim" maddesine aitken, en düşük faktör yükü ise 0,455 ile "Benim için önemli olan insanlarla uyum içinde yaşayabiliyorum" maddesinde gözlemlenmiştir.

Doğrulamalı faktör analizi (DFA)

Çalışma kapsamında uygulanan Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA), ölçeğin kuramsal modeline uygunluğunu test etmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu analiz Olgun Mutluluk Ölçeğinin tek boyutlu bir yapının yedi madde ile ölçülüp ölçülemediğini test etmektedir.

DFA model diyagramının yorumlanması

Amos programında yapılan DFA neticesinde elde edilen model diyagramı aşağıdaki gibidir.



Şekil 1: Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) Model Diyagramı

Kaynak: Yazar tarafından üretilmiştir.

Model, "Olgun Mutluluk" adlı tek bir yapıyı temsil eden yedi madde içermektedir. DFA sonucunda elde edilen standartlaştırılmış faktör yükleri (standart regresyon katsayıları), modelin ölçüm geçerliliği açısından değerlendirilmiştir. DFA'nın amacı, hipotez edilen tek faktörlü ölçme modelinin, gözlenen değişkenlerle ne ölçüde tutarlı olduğunu değerlendirmektir (Brown, 2015; Kline, 2016).

Modelde "Olgun Mutluluk" faktörü altında toplam yedi madde yer almaktadır:

- e1: "İç huzurumu koruyabiliyorum"
- e2: "Olduğum halimle rahatım"
- e3: "Hayatı olduğu gibi kabul etmeyi öğrendim"
- e4: "Kendimle barışığım"
- e5: "Ne olursa olsun sakın kalmayı öğrendim"
- e6: "Benim için önemli olan insanlarla uyum içinde yaşayabiliyorum"
- e7: "Tüm dertlerimi ve sıkıntılarımı kafaya takmamayı öğrendim"

Analiz sonucunda, faktör yükleri 0,38 ile 0,74 arasında değişmektedir. Hair, Black, Babin ve Anderson (2014) tarafından önerilen kritere göre (0,30 ve üzeri), faktör yüklerinin tümü kabul edilebilir düzeydedir. Bu sonuç, her bir gözlenen değişkenin "Olgun Mutluluk" faktörünü anlamlı bir şekilde temsil ettiğini göstermektedir. Özellikle e6 (0,74) ve e4 (0,68) maddelerinin yüklerinin yüksek olması, bu maddelerin faktörü güçlü temsil ettiğini ortaya koymaktadır.

Hata varyansları (e1-e7) incelendiğinde, ölçüm hatalarının bazı maddelerde daha düşük, bazı maddelerde ise görece daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu değerler, gözlenen değişkenlerin ölçüm hatası veya modele dahil edilmeyen etkilerden kaynaklanan varyansını temsil etmektedir (Schumacker ve Lomax, 2016). Örneğin, e5 maddesi için hata varyansı 0,15 olarak hesaplanmıştır ve bu da ilgili gözlenen değişkenin oldukça yüksek bir faktör yüküne sahip olmadığını (0,38) işaret etmektedir. Buna karşın, e6 için hata varyansı 0,55 ile makul düzeydedir. (Hair vd., 2014)

DFA uyum indeksleri

DFA sonuçları, önerilen modelin veriyle ne ölçüde örtüştüğünü değerlendirmek amacıyla çeşitli uyum indeksleri kullanılarak incelenmiştir.

İlk olarak, elde edilen ki-kare değeri ($\chi^2 = 29,097$, sd = 13, p = 0,006) istatistiksel olarak anlamlı çıkmış; ancak ki-kare testinin örneklem büyüklüğüne duyarlı olduğu göz önünde bulundurularak, uyumun değerlendirilmesinde χ^2 /sd oranı dikkate alınmıştır. Elde edilen χ^2 /sd oranı 2,238 olup, bu değer 2 ile 3 arasında kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer almakta ve modelin veri ile yeterli düzeyde uyum sağladığını göstermektedir (Schermerle-Engel, Moosbrugger, ve Müller, 2003).

Modelin artıklık değerlerine ilişkin bir diğer önemli gösterge olan RMR değeri 0,029 olarak hesaplanmıştır. Bu değer, ölçüm hatasının oldukça düşük olduğunu ve modelin gözlenen veriye iyi uyum sağladığını göstermektedir (Kline, 2016). CFI, GFI ve AGFI sırasıyla 0,972 0,974 ve 0,944 olarak bulunmuştur. Bu değerler, modelin iyi bir uyum gösterdiğini ve yapının genel olarak geçerli olduğunu ortaya koymaktadır (Jöreskog ve Sörbom, 1993). Modelin hata varyansını ifade eden RMSEA değeri ise 0,064 olarak belirlenmiş ve %90 güven aralığı 0,033 ile 0,095 arasında değişmektedir. RMSEA'nın 0,05 ile 0,08 arasında olması kabul edilebilir düzeyde uyuma işaret etmektedir (MacCallum, Browne ve Sugawara, 1996).

Tablo 4: İç Tutarlılık Ölçümü

İç Güvenilirlik Testi		
Cronbach Alfa	Standartlaştırılmış Cronbach Alfa	N
0,797	0,794	7

Kaynak: Yazar tarafından üretilmiştir.

Yapılan analiz sonucunda, ölçeğin içsel tutarlılığını değerlendirmek amacıyla hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı 0,797 olarak bulunmuştur. Bu değer, ölçeğin genel güvenilirliğinin "iyi" düzeyde olduğunu göstermektedir. Nunnally ve Bernstein (1994) tarafından önerilen güvenilirlik eşiklerine göre, .70'in üzerindeki alfa katsayıları kabul edilebilir, 0,80 ve üzerindeki değerler ise yüksek iç tutarlılığı temsil etmektedir. Bu bağlamda, elde edilen 0,797 değeri, ölçeğin maddelerinin birbiriyle tutarlı şekilde çalıştığını ve ölçülmek istenen yapıyı güvenilir biçimde yansıttığını göstermektedir.

Sonuç ve tartışma

Bu çalışmada Pozitif Psikoloji 2.0 (PP 2.0) çerçevesinde bireylerin olumsuz yaşam deneyimlerini anlamlandırarak psikolojik dayanıklılık ve refah kazanmalarını ölçmek amacıyla geliştirilen Olgun Mutluluk Ölçeğinin (Mature Happiness Scale-Revised) Türkçeye uyarlanmasına yönelik geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yürütülmüştür. Araştırmanın temel amacı, ölçeğin Türkçeye uyarlanmış formunun dilsel ve yapısal eşdeğerliliğini test ederek kültürel bağlamda psikometrik özelliklerini ortaya koymaktır.

Tüm bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde, oluşturulan ölçüm modelinin hem istatistiksel olarak anlamlı hem de teorik olarak geçerli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Model uyum indekslerinin yüksekliği, bu tek boyutlu yapının örneklem verileriyle tutarlı olduğunu güçlü biçimde desteklemektedir.

Araştırma sonuçları ölçeğin dilsel eşdeğerlilik kapsamında yüksek düzeyde kavramsal tutarlılık sağladığını göstermiştir. İngilizce ve Türkçe formlar arasındaki madde düzeyindeki korelasyon katsayıları orta ile yüksek düzeyde (0,504 - 0,768) bulunurken, toplam puanlar arasındaki korelasyon katsayısı ($r = 0,990$, $p < 0,001$) ölçeğin iki formunun neredeyse birebir örtüştüğünü göstermektedir. Bu bulgu ölçeğin Türkçe formunun anlam açısından yüksek derecede güvenilir bir uyarlama olduğunu kanıtlamaktadır. Özellikle Madde 6 ve Madde 1 gibi maddelerdeki yüksek korelasyonlar, ölçeğin dilsel uyarlama sürecinde kavramsal bütünlüğün korunduğunu desteklemiştir. Madde 3'teki görece daha düşük korelasyon değeri ise kültürel veya bağlamsal farklılıklardan kaynaklanabilecek küçük anlam kaymalarına işaret etse de genel uyarlama sürecinin başarılı olduğunu göstermektedir.

Yapısal eşdeğerlilik açısından yapılan analizlerde elde edilen Kaiser-Meyer-Olkin değeri (0,803) ölçeğin faktör analizine uygun olduğunu ortaya koyarken, Bartlett küresellik testi sonucu da ($\chi^2(21) = 584,244$, $p < 0,001$) ölçeğin yapısal analiz için yeterli örnekleme sahip olduğunu doğrulamaktadır. Tek faktörlü yapı üzerine yapılan Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA), ölçeğin kuramsal yapısına uygun olarak tek boyutlu bir modelin yeterli uyum indeksleri ile doğrulandığını göstermiştir. DFA uyum indeksleri (CFI = 0,972; GFI = 0,974; AGFI = 0,944; RMSEA = 0,064) ölçeğin örneklem üzerinde iyi bir uyum gösterdiğini desteklemektedir. Ayrıca, faktör yüklerinin 0,38 ile 0,74 arasında değişmesi, ölçeğin ölçüm modelinde teorik yapının yeterince temsil edildiğini göstermektedir.

İç güvenilirlik açısından yapılan analizlerde elde edilen Cronbach Alfa katsayısı (0,797) ölçeğin güvenilirliğinin "iyi" düzeyde olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, ölçeğin Türkçe formunun uygulandığı örnekleme sağlam bir psikometrik performans sergilediğini ve olgun mutluluk kavramını istikrarlı bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir. Ölçeğin hem dilsel hem de yapısal geçerlik bulgularının tutarlı olması, PP 2.0 çerçevesinde geliştirilen olgun mutluluk kavramının Türk kültürüne uyarlanarak geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılabileceğini ortaya koymuştur. Ancak kültürel farklılıkların ölçüm sonuçları üzerinde önemli bir etkisi olabileceği unutulmamalıdır. Türk kültüründeki toplumsal bağlar ve aile yapıları, bireylerin olgun mutluluğu daha çok sosyal uyum ve toplumsal sorumlulukla ilişkilendirmelerine yol açmış olabilir. Ayrıca örneklemin İstanbul'daki beyaz yakalı çalışanlarla sınırlı olması, ölçeğin farklı sosyo-ekonomik, bölgesel veya demografik gruplarda gösterdiği geçerliliğin sorgulanmasını gerekli kılmaktadır. Dolayısıyla ölçeğin kültürel bağlama duyarlılığı hem kavramsal hem de metodolojik düzeyde daha geniş çaplı araştırmalarla test edilmelidir.

Olgun Mutluluk Ölçeği, Türkçe formu ile hem akademik hem de uygulamalı alanlarda önemli katkılar sunmaktadır. Olgun mutluluk kavramının yalnızca bireysel iyi oluşu değil, aynı zamanda daha geniş bir psikolojik sermaye çerçevesini destekleyen bir yapı olarak değerlendirilebileceğini göstermektedir. Literatürde yer alan umut, iyimserlik, öz-yeterlik ve dayanıklılık gibi pozitif örgütsel davranış bileşenleri ile olgun mutluluk arasında kavramsal bir yakınlık bulunmaktadır. Nitekim, olgun mutluluk yaşamın olumlu ve olumsuz yönlerini bütüncül bir biçimde kucaklamayı vurgularken, psikolojik dayanıklılık ve anlam arayışı gibi unsurlar üzerinden ikinci dalga pozitif psikolojinin temel ilkeleriyle de örtüşmektedir. Gelecek çalışmalarda, olgun mutluluğun umut, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, tükenmişlik ve örgütsel bağlılık gibi değişkenlerle ilişkilerinin sınanması kavramın hem bireysel hem de örgütsel düzeyde daha geniş bir kuramsal bağlama yerleştirilmesine katkı sağlayacaktır. Ayrıca, psikolojik sermaye literatürüyle yapılacak karşılaştırmalı çalışmalar, olgun mutluluğun pozitif psikolojideki konumunu daha netleştirecek ve örgütsel psikoloji araştırmalarına özgün bir perspektif kazandıracaktır.

Benzer şekilde bu tür pozitif psikoloji ölçeklerinin uygulamalı alanlardaki kullanımı, iş dünyasında örgütsel kültürün geliştirilmesinde önemli bir rol oynayabilir. Ölçek, çalışanların psikolojik dayanıklılık düzeylerini, stresle başa çıkma kapasitelerini ve içsel uyumlarını ölçmede kullanılabilir. Bu sayede insan kaynakları politikalarında çalışan refahına yönelik daha bütüncül stratejiler geliştirilebilir.

Özellikle örgütsel bağlılık, iş tatmini ve tükenmişlik gibi kritik çıktılarla ilişkili olarak olgun mutluluk düzeyinin izlenmesi, liderlere ve yöneticilere çalışanların uzun vadeli motivasyon ve performanslarını destekleyici programlar tasarlama imkânı sunmaktadır. Bu bağlamda, şirketlerde psikolojik sermaye geliştirme eğitimleri, dayanıklılık atölyeleri ve pozitif örgütsel kültür uygulamalarıyla olgun mutluluğun teşvik edilmesi hem çalışan refahını hem de kurumsal verimliliği artırabilecek somut katkılar sağlayacaktır.

Sonuç olarak Olgun Mutluluk Ölçeğinin Türkçe formu, güvenilir ve geçerli bir araç olarak değerlendirilmektedir. Bu ölçeğin, pozitif psikoloji çalışmalarına ve bireylerin psikolojik iyi oluşunu anlamaya yönelik yapılacak araştırmalara önemli katkılar sunacağı düşünülmektedir. Gelecek çalışmalarda ölçeğin farklı demografik gruplarda ve farklı kültürel bağlamlarda geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması önerilmektedir. Böylece ölçeğin farklı örneklemdeki kültürel duyarlılığı test edilerek, olgun mutluluk kavramının evrenselliği daha geniş bir perspektiften değerlendirilebilecektir.

Hakem Değerlendirmesi / Peer-review:

Dış bağımsız

Externally peer-reviewed

Çıkar Çatışması / Conflict of interests:

Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

The authors have no conflict of interest to declare.

Finansal Destek / Grant Support:

Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

The authors declared that this study has received no financial support.

Etik Kurul Onayı / Ethics Committee Approval:

Bu çalışma için etik kurul onayı, İstanbul Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığından 07/04/2025 tarihli E-43037191-604.01-23890 sayılı karar ile alınmıştır.

Ethics committee approval was received for this study from Istanbul Medipol University, Social Research Ethics Committee on 07/04/2025 and E-43037191-604.01-23890 document number.

Yazar Katkıları / Author Contributions:

Fikir/Kavram/Tasarım - *Idea/Concept/ Design*: F.S.Ç. & E.B. Veri Toplama ve/veya İşleme - *Data Collection and/or Processing*: F.S.Ç., E.B., Analiz ve/veya Yorum - *Analysis and/or Interpretation*: F.S.Ç., E.B., Kaynak Taraması - *Literature Review*: F.S.Ç., E.B., Makalenin Yazımı - *Writing the Article*: F.S.Ç., E.B., Eleştirel İnceleme - *Critical Review*: F.S.Ç., E.B., Onay - *Approval*: F.S.Ç., E.B.

Kaynakça / References

- Brislin, R. W. (1980). Translation and content analysis of oral and written materials. In H. C. Triandis & J. W. Berry (Eds.), *Handbook of cross-cultural psychology* (Vol. 2, pp. 389–444). Allyn and Bacon.
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In *Handbook of posttraumatic growth* (pp. 3–23). Routledge.
- Carreno, D. F., Eisenbeck, N., Greville, J., vd. (2023). Cross-cultural psychometric analysis of the Mature Happiness Scale-Revised: Mature happiness, psychological inflexibility, and the PERMA model. *Journal of Happiness Studies*, 24, 1075–1099.

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). *A First Course in Factor Analysis* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). Sage Publications.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson Education Limited.
- Hambleton, R. K. (2005). Issues, designs, and technical guidelines for adapting tests into multiple languages and cultures. In R. K. Hambleton, P. F. Merenda, & C. D. Spielberger (Eds.), *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment* (pp. 3-38). Lawrence Erlbaum Associates.
- Haybron, D. M. (2013). *Happiness: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Ivtzan, I., Lomas, T., Hefferon, K., & Worth, P. (2016). Second wave positive psychology: Embracing the dark side of life. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1673-1680.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Scientific Software International.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39(1), 31-36.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimising well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). The Guilford Press.
- Lomas, T., & Ivtzan, I. (2016). Second wave positive psychology: Exploring the positive-negative dialectics of well-being. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1753-1768.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods*, 1(2), 130-149.
- Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature*. Viking Press.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, 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.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2016). *A beginner's guide to structural equation modeling* (4th ed.). Routledge.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Van de Vijver, F. J. R., & Hambleton, R. K. (1996). Translating tests: Some practical guidelines. *European Psychologist*, 1(2), 89-99.

- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678–691.
- Wong, P. T. P. (2011). Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life. *Canadian Psychology*, 52(2), 69–81.
- Wong, P. T. P. (2014). From attunement to meaning: A new positive psychology. *The Humanistic Psychologist*, 42(2), 178–188.
- Wong, P. T. P., & Bowers, V. (2018). Mature happiness and global well-being in difficult times. In L. E. Van Zyl & S. Rothmann (Eds.), *Positive psychological intervention design and protocol development* (pp. 75–99). Springer.
- Wong, P. T. P., & Roy, S. (2017). Critique of positive psychology and positive interventions. In *The Routledge international handbook of critical positive psychology* (pp. 142–160). Routledge.

Appendix (Ekler)

Appendix 1: (Ek 1:) Olgun Mutluluk Ölçeği

OLGUN MUTLULUK ÖLÇEĞİ						
No	Madde	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	İç huzurumu koruyabiliyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Olduğum halimle rahatım.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Hayatı olduğu gibi kabul etmeyi öğrendim.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Kendimle barışığım.	☐	☐	☐	☐	☐
5	Ne olursa olsun sakin kalmayı öğrendim.	☐	☐	☐	☐	☐
6	Benim için önemli olan insanlarla uyum içinde yaşayabiliyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
7	Tüm dertlerimi ve sıkıntılarımı kafaya takmamayı öğrendim.	☐	☐	☐	☐	☐