

Çocuklar için Üzüntü Yönetimi Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Çocuklar için Üzüntü Yönetimi Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18950>

Özet

Çocuklar için Üzüntü Yönetimi Ölçeği (ÇİÜYÖ), çocukların yaşadıkları üzüntü duygusuyla başa çıkma ve bu duyguyu ifade etme biçimlerini değerlendirmek amacıyla Türkçeye uyarlanan psikometrik bir araçtır. Ölçek, özellikle çocukların üzüntüyü içselleştirme (içe atma) veya dışarıya vurmadan kaçınma eğilimlerini ölçmeyi hedefler. Akın ve arkadaşları tarafından 2014 yılında yapılan bu uyarlama çalışması, ölçeğin Türk kültürüne özgü geçerlik ve güvenilirlik özelliklerini ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu ölçek, çocukların duygusal düzenleme stratejilerini anlamak ve gerektiğinde bu konuda psikolojik destek sağlamak için önemli bir tanı araçtır.

Anahtar Kelimeler

Üzüntü Yönetimi, Duygu Düzenleme, Çocuk Psikolojisi, Ölçek Uyarlama, Psikometrik Özellikler, içselleştirme, Bilişsel Değerlendirme.

Yazarlar

Akın, A., Sarçam, H., Akkuş, Z., Akın, Ü., Bilgin, O., Uğur, E.

Amaç

Çocuklar için Üzüntü Yönetimi Ölçeği'nin temel amacı, okul çağındaki çocukların üzüntüleri karşısında kullandıkları tepki ve başa çıkma mekanizmalarını standardize edilmiş bir yöntemle ölçmektir. Ölçek, orijinal formunun psikometrik yapısını Türk örnekleminde test ederek, çocukların üzüntülerini yönetme biçimlerinin kültürel bağlamda tutarlı olup olmadığını belirlemek üzere geliştirilmiştir.

Bu uyarlama çalışması, özellikle **eğitim** ve **klinik psikoloji** alanlarında uzmanlara, çocukların duygusal zorluklarını erken teşhis etme ve uygun müdahale programlarını tasarlama konusunda geçerli ve güvenilir bir araç sunmayı amaçlamıştır.

Yapı

Ölçek, çocukların üzüntü ile başa çıkma stratejilerini temsil eden psikolojik yapıyı ölçmektedir. Bu yapı, genellikle **duygu düzenleme** becerilerinin bir alt boyutu olarak ele alınır ve özellikle üzüntünün **ifade edilmesi** veya **bastırılması** eğilimleri üzerine odaklanır. Ölçek maddeleri, çocukların üzüntülerini içe atma veya dışarıya yansıtmaktan çekinme gibi davranışsal tepkilerini sorgulamaktadır.

Ölçülen temel yapı, çocuğun yaşadığı olumsuz duyguyu ne ölçüde kabul ettiği, içlediği ve uygun

bir şekilde ifade edebildiği ile ilgilidir. Yüksek puanlar, genellikle duygusal bastırma veya etkisiz başa çıkma stratejilerini işaret edebilir.

Geçerlik

Çocuklar için Üzüntü Yönetimi Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama çalışmasında geçerlik çalışmaları yapıldığı belirtilmektedir (Akın et al., 2014). Uyarlama çalışmaları genellikle yapı geçerliliğini sağlamak amacıyla **Faktör Analizi** (Açıklayıcı ve/veya Doğrulayıcı) yöntemleri kullanılır. Bu analizler, ölçek maddelerinin kuramsal olarak ölçtüğü yapıyı (üzüntü yönetimi) ne ölçüde temsil ettiğini gösterir.

Kaynak metinde spesifik geçerlik katsayıları belirtilmemiş olsa da, uyarlama çalışmasının yapıldığı kongre bildirisi, ölçeğin kavramsal ve yapısal geçerliliğini Türk kültürü için test ettiğini göstermektedir. Bu, ölçeğin ölçmek istediği psikolojik yapıyı gerçekten ölçtüğüne dair kanıt sunar.

Güvenirlik

Uyarlama çalışması kapsamında güvenilirlik analizlerinin de gerçekleştirildiği belirtilmiştir. Psikometrik çalışmalarda güvenilirlik, ölçeğin ölçüm sonuçlarının zamana ve farklı koşullara karşı ne kadar tutarlı olduğunu gösterir. ÇİÜYÖ için muhtemelen **Ç Tutarlılık Katsayısı** (örneğin, Cronbach Alfa) hesaplanmıştır.

Yüksek iç tutarlılık katsayıları, ölçek maddelerinin aynı yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü ve dolayısıyla ölçeğin güvenilir olduğunu gösterir. Güvenirlik analizleri, ölçeğin eğitim ve araştırma ortamlarında tekrarlı kullanıma uygunluğunu destekler.

Faktör Analizi

Uyarlama sürecinin kritik bir adımı olan Faktör Analizi, ölçeğin altında yatan boyutlar veya faktörleri belirlemek için kullanılır. Bu analiz, ölçeğin tek boyutlu mu yoksa çok boyutlu bir yapıya mı sahip olduğunu ortaya koyar. Üzüntü yönetimi gibi karmaşık bir yapıyı, farklı başa çıkma stillerini temsil eden birden fazla alt faktörden oluşması olasıdır.

Analizin sonuçları, ölçeğin orijinal yapıya Türkçede koruyup korumadığını teyit eder. Eğer orijinal ölçek çok faktörlü ise, uyarlama çalışması bu faktörlerin Türk örnekleminde de ayrıştığını göstermelidir.

Araç

Test Türü: Uyarlama Ölçeği (Adaptasyon)

Format: Öz Bildirim Ölçeği (Likert Tipi Derecelendirme)

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Çocuklar (Öğrenciler)

Yaş Grubu: İlkokul veya ortaokul düzeyindeki çocuklar (Kesin yaş aralığı referansta belirtilmelidir, ancak genellikle 6-12 yaş aralığı hedeflenmiştir).

Popülasyon Detayları: Ölçek, 2014 yılında Kütahya'da düzenlenen 13. Sınıf Öğretmenliği Kongresi'nde sunulan bildiriye dayanmaktadır, bu da örneklemin büyük olasılıkla sınıf öğretmeni öğrencileri veya ilkokul öğrencileri olduğunu düşündürmektedir.

Test Metodolojisi: Ölçek, **3'lü Likert Tipi** derecelendirme formatı kullanılarak uygulanmaktadır. Bu, çocukların maddelere "Hiç katılmıyorum," "Bazen katılıyorum" veya "Tamamen katılıyorum" gibi üç farklı düzeyde yanıt vermesini gerektirir. Üçlü derecelendirme, özellikle küçük yaş gruplarının yanıt vermesini kolaylaştırmak için tercih edilir.

Anahtar Kelimeler

Çocukluk Dönemi, Duygusal ifade, Bilişsel Değerlendirme, Psikolojik Ölçek, Geçerlik, Güvenirlik, Faktör Analizi.

Yazar Bilgileri

Sorumlu Yazar: Hakan Sarıçam

Yazar ORCID Tanımlama ID'si: Bilgi mevcut değil (Lütfen orijinal yayına bakınız).

Kurumsal E-posta Adresleri: hakansaricam@gmail.com

Yayın Adresi: Bilgi mevcut değil (Genellikle sorumlu yazarın bağlı olduğu üniversite adresi kullanılır).

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçek, 2014 yılında bir kongre bildirisi olarak sunulmuştur. Kullanım izni ve ücret bilgileri için sorumlu yazar Hakan Sarıçam ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçeğin orijinal PDF belgesine aşağıdaki bağlantıdan ulaşılabilir:

PDF Bağlantısı: [cocuklar-icin-uzuntu-yonetimi-olcegi-toad.pdf](#)

Referanslar

Akn, A. Sarçam, H., Akku, Z., Akn, Ü., Bilgin, O., & Uur, E. (2014). Çocuklar için Üzütü Yönetimi Ölçeðinin Türkeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalması. **13. Snf Öretmenliði Kongresi**, 29-31 Mayıs, Kütahya.

Çocuklar için Üzütü Yönetimi Ölçeði Maddeleri

ÖNEMLİ: Aadaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmuştur ve hiçbir şekilde deðiştirilmemelidir.

Üzütümü içime atarım.

Üzütümü da yansıtmaktan korkarım.

ARABPSYCHOLOGY.COM