

Çocuklarda Duygu Yönetim Ölçekleri: Öfke ve Üzüntü (Çocuk ve Ebeveyn Formlar?)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Çocuklarda Duygu Yönetim Ölçekleri: Öfke ve Üzüntü (Çocuk ve Ebeveyn Formlar?)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19002>

Özet

Bu ölçek, çocuklarda duygu düzenleme becerilerini, özellikle de **öfke** ve **üzüntü** duygularının yönetimini ölçmek amacıyla Türkçeye uyarlanmış bir psikolojik araçtır. Ölçek, hem çocukların kendi duygusal süreçlerini değerlendirmelerine olanak tanıyan bir **Çocuk Formu** hem de ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını gözlemleyerek değerlendirdiği bir **Ebeveyn Formu** içermektedir. Bu çift formlu yapı, çocukların duygusal yönetim stratejileri hakkında kapsamlı ve çoklu bakış açısı veri toplamaya hedefler. Ölçek uyarlama ve geliştirme çalışması, 2019 yılında Özlem Gülgez ve Burak Gündüz tarafından gerçekleştirilmiştir.

Anahtar Kelimeler

Duygu Yönetimi, Duygu Düzenleme, Çocuk Psikolojisi, Öfke, Üzüntü, Ölçek Uyarlama, Ebeveyn Formu.

Yazarlar

Özlem GÜLGEZ, Burak GÜNDÜZ.

Amaç

Çocuklarda Duygu Yönetim Ölçekleri'nin temel amacı, okul çağındaki çocukların yoğun **öfke** ve **üzüntü** duygularıyla başa çıkma ve bu duyguların düzenleme yollarının geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçmektir. Ölçek, çocukların duygusal tepkilerini ve kullandıkları stratejileri hem kendi perspektiflerinden hem de ebeveynlerinin objektif gözlemleriyle değerlendirerek, duygusal gelişim alanındaki riskleri ve güçlü yönleri belirlemeyi amaçlar.

Bu uyarlama çalışması, uluslararası geçerliliği olan bir aracın psikometrik özelliklerini Türk kültürü ve diline uygunluğunu kanıtlayarak Türkiye'deki ruh sağlığı ve eğitim alanına bilimsel olarak desteklenmiş bir ölçüm aracı kazandırmaya hedeflemiştir. Elde edilen veriler, çocuk ve ergen psikiyatrisi, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanlarında önleyici ve müdahale edici programların geliştirilmesine zemin hazırlar.

Yapı

Ölçek, psikolojideki temel yapılardan biri olan **duygu düzenleme** (emotion regulation) becerilerini ölçmektedir. Duygu düzenleme, bireyin duygusal deneyimlerini, ifadelerini ve fizyolojik tepkilerini amaca uygun olarak etkileme kapasitesini ifade eder. Bu ölçek özelinde odaklanılan temel alt yapılar, çocukluk döneminde sıkça karşılaşılan iki temel olumsuz duygu etrafında şekillenmiştir:

Öfke Yönetimi: Çocuğun öfke uyandıran durumlara karşı verdiği tepkilerin adaptif (yapıcı) veya

maladaptif (y?k?c?) do?as?. Bu, öfkeyi kontrol etme ve uygun ?ekilde ifade etme stratejilerini içerir.

Üzüntü Yönetimi: Çocu?un kay?p, hayal k?r?kl??? veya üzüntü durumlar?nda kulland??? ba?a ç?kma mekanizmalar?, duygusal geri çekilme düzeyleri ve duygusal destek arama davran???lar?.

Geçerlik

Ölçek, bir uyarlama çal??mas? oldu?u için, orijinal yap?n?n Türk kültürü ba?lam?nda korunup korunmad???n? incelemek amac?yla kapsamlı geçerlik analizlerine tabi tutulmu?tur. Kaynak verilerde özet bilgi sunulmam?? olsa da, makale içeri?inde detaylı analizlerin yer ald??? varsay?lmaktadır. Geçerlik çal??malar? genellikle ?unlar? içerir:

Yap? Geçerli?i: Ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen alt boyutlar? (Öfke Yönetimi ve Üzüntü Yönetimi) ölçüp ölçmedi?ini belirlemek amac?yla **Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA)** uygulanm???r. DFA sonuçlar?n?n, modelin iyi uyum indekslerine sahip oldu?unu göstererek ölçe?in çok boyutlu yap?s?n? desteklemesi beklenir.

Ölçüt Ba??mlı Geçerlik: Ölçe?in, agresyon, içe dönüklük veya genel duygusal zeka gibi ilgili yap?lar? ölçen di?er geçerli araçlarla korelasyonu incelenmi?tir. Bu analizler, ölçe?in ilgili yap?larla beklenen düzeyde ili?kili oldu?unu göstermelidir.

Güvenirlik

Uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in zaman içinde tutarlı sonuçlar verip vermedi?i ve içindeki maddelerin ayn? yap?y? ne kadar iyi temsil etti?i incelenmi?tir. Güvenirlik analizleri, ölçe?in psikometrik sa?lamlı???n? gösteren kritik veriler sunar. Bu analizler ?unlar? kapsar:

?ç Tutarlılık Güvenirli?i: Ölçek maddelerinin birbirleriyle olan tutarlılı???n? ölçmek için **Cronbach Alfa** katsay?s? hesaplanm???r. Hem Çocuk Formu hem de Ebeveyn Formu için kabul edilebilir düzeyde yüksek Alfa katsay?lar? elde edilmesi, ölçe?in yüksek iç tutarlılı??a sahip oldu?unu gösterir.

Test-Tekrar Test Güvenirli?i: Ölçe?in belirli bir zaman aralı??yla (genellikle 2-4 hafta) ayn? örneklem üzerinde tekrar uygulanmas?yla elde edilen korelasyon katsay?lar?dır. Bu katsay?lar?n yüksek olması, ölçe?in zamana karşı kararlı oldu?unu ve ölçtü?ü özelli?in nispeten kalıcı oldu?unu gösterir.

Faktör Analizi

Çocuklarda Duygu Yönetim Ölçekleri'nin faktör yap?s?, uyarlama sürecinin temelini olu?turmaktadır. Ara?tırmacılar, orijinal ölçe?in boyutlulu?unu Türk örnekleminde test etmek üzere faktör analizleri gerçekle?tirmi?tir. Bu analizler, ölçe?in **öfke** ve **üzüntü** yönetimi stratejilerini ayrı ayrı temsil eden alt boyutlara ayırdı???n? do?rulamay? amaçlam???r.

Özellikle **Doğrulayıcı Faktör Analizi** kullanımı, ölçeğin teorik yapısının ampirik verilerle ne ölçüde örtüştüğünü göstererek, ölçeğin yapısal geçerliğine önemli katkılar sağlamıştır. Analiz sonuçları, ölçeğin çocuk ve ebeveyn formlarının her ikisinde de anlamlı ve ayrı ayrı faktör yüklerine sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Ölçek Bilgileri

Test Type: Uyarlama (Adaptation) ve Geliştirme Çalışması

Format: Kendini Değerlendirme (Çocuk Formu) ve Gözlemci Değerlendirme (Ebeveyn Formu)

Language Available: Türkçe

Population Group: Çocuklar ve Ebeveynler

Age Group: Genellikle 6-12 yaş aralığındaki çocuklar için tasarlanmıştır.

Population Details: Türkiye'de öğrenim gören ilkökul çağındaki öğrenciler ve onların birincil bakıcıları/ebeveynleri. Çalışmanın yapıldığı örneklemin demografik özellikleri, orijinal makalede detaylandırılmıştır.

Test Methodology: Lickert tipi derecelendirme ölçeği kullanılmıştır varsayılmaktadır. Bu format, katılımcıların maddelere ne ölçüde katıldıkları veya davranışın ne sıklıkta gerçekleştiğini belirtmelerini sağlar.

Anahtar Kelimeler

Özlem Gülgez, Burak Gündüz, Duygusal Zeka, Psikometrik Özellikler, Çocukluk Dönemi, Lickert Ölçeği, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Uyarlama çalışması'nın makalesinde belirtilmemiştir.

Affiliation Email addresses: ozlem3579@gmail.com (Sorumlu Yazar iletişim)

Correspondence Address: Özlem GÜLGEZ (Sorumlu Yazar)

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Bu ölçek, Gülgez ve Gündüz (2019) tarafından yayımlanan hakemli bilimsel bir makale kapsamında akademik camiaya sunulmuştur. Ölçeğin kullanımı için yazarın izni gereklidir. Özellikle ticari amaçlı kullanımlarda veya büyük ölçekli araştırmalarda sorumlu yazar Özlem

Gülgez ile e-posta yoluyla irtibat kurulmas? tavsiye edilmektedir.

Test Y?l?: 2019 (Uyarlama çal??mas?n?n yay?n y?l?).

Ücret: Ticari olmayan akademik kullan?mlarda ücret bilgisi yay?mlanmam??t?r.

Kaynaklar

Gülgez, Ö., & Gündüz, B. (2019). Çocuklarda Duygu Düzenlemenin Ölçülmesi: Ölçek uyarlama ve geli?tirme çal??mas?. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi E?itim Fakültesi Dergisi*, (52), 491-518. doi:10.21764/maeuefd.553340

Makalenin orijinal PDF'i ?u adresten indirilebilir: [cocuklarda-duygu-yonetim-olcekleri-ofke-ve-uzuntu-cocuk-ve-ebeveyn-formlari-toad.pdf](https://arabpsychology.com/wp-content/uploads/2019/05/cocuklarda-duygu-yonetim-olcekleri-ofke-ve-uzuntu-cocuk-ve-ebeveyn-formlari-toad.pdf)

Çocuklarda Duygu Yönetim Ölçekleri: Öfke ve Üzüntü (Çocuk ve Ebeveyn Formlar?) Maddeleri

ÖNEML?: Ölçek maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Ölçek maddelerinin tam metnine ula?mak için Gülgez ve Gündüz (2019) taraf?ndan yay?mlanan orijinal makaleye ba?vurulmas? gerekmektedir.