

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Dü?ünce Kontrol Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20274>

Özet

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i (DKÖ), orijinal Thought Control Scale'in (TCS) Türkçe adaptasyonudur. Bu ölçek, bireylerin istenmeyen ve zorlayıcı dü?ünceleri yönetmek veya bastırmak için kullandıkları çe?itli stratejileri de?erlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB) semptomları'nın de?erlendirilmesinde kullanılan Obsesif ?nanışlar Ölçe?i (O?Ö) ve ?stem D??? Dü?ünceleri Yorumlama Envanteri (?DYE) ile birlikte incelenmiştir. Uyarlama çalışması, ölçeğin yapısal geçerliliğini ve güvenilirliğini Türk kültüründe test etmek ve orijinal Kanadalı örneklemle karşılaştırmalı psikometrik özelliklerini ortaya koymak için yapılmıştır. DKÖ, bilişsel kontrol mekanizmaları'nın beş ana alt boyutta ölçmektedir.

Anahtar Kelimeler

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i, DKÖ, Thought Control Scale, Bilişsel Kontrol, Obsesif Kompulsif Bozukluk, Psikometri, Uyarlama, Dü?ünce Bastırma

Yazarlar

Orçun Yorulmaz, Tülin Gençöz

Amaç

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i'nin (DKÖ) Türk örneklemiindeki temel amacı, bireylerin obsesif ve istem dışı dü?üncelerle başa çıkarak için kullandıkları kontrol yöntemlerini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçmektir. Bu ölçeğin uyarlanması, özellikle OKB semptomlarına sahip bireylerde gözlenen farklı bilişsel başa çıkma stratejilerinin kültürler arası geçerliliğini sınamayı hedeflemiştir.

Uyarlama çalışması, DKÖ'nün orijinal beş faktörlü yapılarının Türk kültüründe korunup korunmadığını incelemek üzere tasarlanmıştır. Bu analiz, Kanadalı üniversite öğrencilerinden toplanan verilerle karşılaştırılarak, ölçeğin faktör yapısındaki madde da?ılımlarının farklı kültürlerde ne derece örtüştü?ünü test etme fırsatı sunmuştur. Bu sayede, ölçeğin klinik ve araştırma ortamlarında OKB ile ilişkili dü?ünce kontrol mekanizmaları'nı de?erlendirmede kullanılması'na zemin hazırlanmıştır.

Yapı

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i (DKÖ), bireylerin istenmeyen dü?ünceleri kontrol etme girişimlerini ve bu dü?üncelere verdikleri tepkileri ölçen psikometrik özelliklere sahiptir. Ölçek, bu kontrol stratejilerini beş temel alt boyutta gruplandırılmaktadır. Bu alt boyutlar, bireyin dü?ünce içeriğini de?iştirmeye, dikkatini dağıtmaya, sosyal destek aramaya, dü?üncenin kendisini yeniden de?erlendirmeye veya

kendini cezaland?rmaya yönelik tepkilerini kapsamaktadır.

Ölçe?in ölçtü?ü yapılar, obsesif e?ilimleri olan bireylerin dü?ünce kontrolüne yönelik kulland??? i?levsel olmayan (maladaptif) ve k?smen i?levsel (adaptif) stratejileri ay?rt etmede kritik öneme sahiptir. Be? alt boyut, dü?ünce kontrolünün çok boyutlu do?as?n? yansıtmakta ve bili?sel davran??? terapilerde hedeflenecek alanlar? belirlemede yardımcı olmaktadır.

Geçerlik

Ölçe?in yapı geçerli?i, Türk örnekleminde Temel Bile?enler Analizi (Principal Component Analysis) ve Varimaks dönü?türmesi ile Aç?mlay?c? Faktör Analizi (Explanatory Factor Analysis - EFA) kullan?larak incelenmiştir. Kùltürler aras? kar??ıla?tırma için, faktör yapılar?n?n örtü?me derecesini test etmek amacıyla Hedef Dönü?türme (Target Rotation) analizi uygulanmıştır.

Faktör madde da??ılım tutarlı??, Orant?sal Uzla?ma Katsay?s? (Proportionality Agreement Coefficient) ile hesaplanm?? ve kabul edilebilir katsay? s?n?r? $\geq .85$ olarak belirlenmiştir. Analizler sonucunda, Türkçe DKÖ'nün orijinal çalı?mada oldu?u gibi 5 faktörden olu?tu?u gözlenmiştir. Dikkat Da??tma, Sosyal Kontrol, Endi?e Etme ve Yeniden De?erlendirme alt boyutlar?nda, Türk ve Kanadal? örneklemler aras?nda orijinal yapıya oldukça benzeyen faktör örtü?me oranlar? elde edilmiştir. Bu bulgular, ölçe?in yapı geçerli?ini güçlü bir ?ekilde desteklemektedir.

Ancak, Kendini Cezalandırma alt boyutunda uzla?ma katsay?s?, kabul edilebilir s?n?r?n hemen alt?nda kalmıştır. Bu durumun nedeni, orijinal yapıda bu faktörde yer alan bazı maddelerin (örneğin 28. madde) Türk örnekleminde a??ırlıklı olarak Endi?e Etme boyutuna yüklenmesi olarak açıklanmıştır. Yine de, genel faktör yapı?n?n uyumu, DKÖ'nün Türk kültüründe geçerli bir araç olarak kullan?labilece?ini göstermiştir.

Güvenirlik

Türkçe'ye uyarlanan DKÖ'nün güvenilirlik de?erleri, ölçe?in toplam ve alt boyut iç tutarlılıklar? ile madde-toplam korelasyon ranjlar? üzerinden de?erlendirilmiştir. Güvenirlik analizinde, Nunnally (1978) ölçütleri ($\geq .70$ "kabul edilebilir", $\geq .80$ "iyi") esas alınmıştır.

Ölçe?in toplam ve alt boyutlar?n?n iç tutarlık katsayılar? tatminkar düzeyde bulunmuştur. Kendini Cezalandırma alt boyutunda yapısal geçerlikte küçük bir farklıla?ma gözlenirse de, bu alt boyutun iç-tutarlık katsay?s? (.66) ve madde-tüm korelasyon ranj? (.28 ile .52 aras?nda) kabul edilebilir s?n?rlar içinde yer almıştır. Bu sonuçlar, DKÖ'nün Türkçe versiyonunun yüksek düzeyde güvenilirli?e sahip oldu?unu göstermektedir.

Faktör Analizi

Türkçe Dü?ünce Kontrol Ölçe?i (DKÖ), Aç?mlay?c? Faktör Analizi sonucunda orijinal ölçekle tutarlı? olarak 5 faktörlü bir yapı? sergilemi?tir. Faktörler ve varyans katkıları? aşağıda listelenmi?tir:

Endi?e Etme: Varyans katkı? % 11.55, Özde?er 3.46.

Dikkatini Da??tma: Varyans katkı? % 10.92, Özde?er 3.28.

Sosyal Kontrol: Varyans katkı? % 10.26, Özde?er 3.08.

Yeniden De?erlendirme: Varyans katkı? % 9.37, Özde?er 2.81.

Kendini Cezalandırma: Varyans katkı? % 7.94, Özde?er 2.38.

Faktörlerin madde yüklenmeleri incelendi?inde, Dikkat Da??tma, Sosyal Kontrol, Endi?e Etme ve Yeniden De?erlendirme alt boyutları?, Kanadalı? orijinal örneklemdaki faktör yapı?sıyla yüksek derecede örtü?me göstermi?tir. Bu örtü?me, ölçe?in yapısal e?de?erlili?ini desteklemektedir.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: 5 Alt boyut ve toplam 30 Madde

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Yeti?kinler, özellikle üniversite ö?rencileri (uyarlama çalışması? için n=281)

Age Group: Yeti?kin

Population Details: Ölçek, obsesif-kompulsif semptomları? de?erlendirmek üzere geli?tirilmiş? olup, uyarlama çalışması? üniversite ö?rencileri örneklemini üzerinde gerçekleştirilmiş?tir.

Test Methodology: Özbildirim Ölçe?i (Self-Report Scale). Derecelendirme 4'lü Likert tipi formatındadır.

Anahtar Kelimeler

Bili?sel Ba?a Ç?kma, Psikopatoloji, Obsesyon, Dü?ünce Kontrolü, Faktör Yapısı?

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: orcuny@uludag.edu.tr (Sorumlu Yazar İleti?im)

Correspondence Address: Belirtilmemi?tir.

Özinler, Ücret ve Test Y?li?

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama çal??ması 2008 y?l?nda yay?mlanm??tır. Ölçe?in kullan?m izinleri ve ücret bilgileri için sorumlu yazar Orçun Yorulmaz ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Kaynaklar

Yorulmaz, O. ve Gençöz, T. (2008). Obsessif-Kompulsif Bozukluk Semptomları'nı De?erlendirilmesinde Kullan?lan ?stem D??ü Dü?ünceleri Yorumlama Envanteri, Obsessif ?nan??lar Ölçe?i ve Dü?ünceleri Kontrol Etme Ölçe?i'nin Türk Örnekleminde ?ncelenmesi. *Türk Psikoloji Yaz?ları*, 11(22), 1-13.

Lorenzo-Seva ve Ten Berge, 2006.

Nunnally, J. C. (1978). Psychometric theory (2nd ed.). McGraw-Hill.

Van de Vijver ve Leung, 1997.

Wells, A., & Davies, M. (1994). The Thought Control Questionnaire: A measure of strategy use and associated beliefs. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 22(2), 119-136.

Makalenin orijinal PDF ba?lant?s? burada bulunmaktadı: turkpsikolojiyazilari.com

Ölçe?in orijinal PDF formu a?a??daki adresten indirilebilir: dusunce-kontrol-olcegi-toad.pdf

Dü?ünce Kontrol Ölçe?i Maddeleri

Derecelendirme: 4'lü Likert (1 = Asla - 4 = Hemen her zaman)

Alt Boyutlar (30 Madde):

Dikkat Da??tma (6 m): O dü?ünce yerine, daha önemsiz bir kötü ?eyi dü?ünmeye çal??r?m.

Sosyal Kontrol (6 m): Arkada?lar?ma, benzer dü?ünceleri olup olmad??n? sorar?m.

Endi?e Etme (6 m): (Örnek madde verilmemiştir.)

Kendini Cezalandırma (6 m): Böyle bir dü?ünce aklı?ma geldi?i için kendime k?zar?m.

Yeniden De?erlendirme (6 m): (Örnek madde verilmemiştir.)