

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i (DKYÖ-8)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i (DKYÖ-8)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20280>

Özet

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i (DKYÖ-8), bireylerin istenmeyen veya rahatsız edici dü?ünceleri yönetme, bastırma veya yönlendirme konusundaki algılanan yeterliliklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş kısa bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, Sarçam ve Mert (2020) tarafından orijinal Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i'nin kısa Türkçe versiyonu olarak uyarlanmıştır. Yapılan psikometrik çalışmalar, DKYÖ-8'in tek faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ve toplam varyansın önemli bir kısmını (%55) açıkladığını göstermiştir. Ölçek, hem geçerlik hem de güvenilirlik açısından yüksek düzeyde kabul edilebilir istatistiksel verilere sahiptir, bu da onu araştırma ve klinik uygulamalarda kullanma için uygun kılmaktadır.

DKYÖ-8, özellikle bilişsel süreçler, anksiyete, obsesif kompulsif bozukluklar ve genel zihinsel refah konularında çalışan araştırmacılar için hızlı ve etkili bir değerlendirme imkanı sunar. Sekiz maddeden oluşan bu kısa form, uzun versiyonun ölçtü?ü yapıyı koruyarak uygulama kolaylaştırılmaktadır.

Anahtar Kelimeler

DKYÖ-8, Dü?ünce Kontrol Yetene?i, Ölçek Uyarlama, Psikometri, Tek Faktörlü Yapı, Geçerlik, Güvenirlik.

Yazarlar

Hakan Sarçam, Alper Mert

Amaç

Ölçeğin temel amacı, bireylerin kendi dü?ünce süreçleri üzerindeki algılanan kontrol düzeylerini, yani üzücü veya istenmeyen dü?ünceleri ne ölçüde başarılı bir şekilde yönetebildiklerini veya bastırabildiklerini belirlemektir.

Bu çalışma, orijinal Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i'nin (DKYÖ-25) Türkçe adaptasyonunu yaparak, psikolojik araştırmalarda kullanılabilir, daha az zaman alan ve yüksek psikometrik niteliklere sahip sekiz maddelik (DKYÖ-8) kısa bir formun geçerliliğini ve güvenilirliğini sağlamayı amaçlamıştır. Bu kısa form, geniş örneklemelerde veya zaman kısıtlı çalışmalarda dü?ünce kontrol yetene?i kavramının ölçülmesinde etkin bir araç olarak tasarlanmıştır.

Yapı

DKYÖ-8'in ölçtü?ü psikolojik yapı, bireyin bilişsel kontrol mekanizmalarını kullanarak istenmeyen veya rahatsız edici dü?üncelerin farkındalığını, sıklığını veya etkisini azaltma becerisi olan

Dü?ünce Kontrol Yetene?i (Thought Control Ability) kavramıdır. Bu yapı, genellikle bilişsel psikoloji ve psikopatoloji alanlarında, özellikle anksiyete ve depresyon gibi içselleştirme bozukluklarında merkezi bir rol oynamaktadır.

Ölçek, bu yetene?i tek bir boyut altında toplamaktadır. Yüksek puanlar, bireyin dü?üncelerini etkili bir şekilde kontrol edebildiğini ve bilişsel esnekliğe sahip olduğunu gösterirken; düşük puanlar ise ruminasyon veya dü?ünce bastırma davranışları ya da adanmışlık işaret eder.

Geçerlik

DKYÖ-8'in yapı geçerliliğini incelemek amacıyla hem açılmaya hem de doğrulayıcı faktör analizi (DFA) çalışmaları yürütülmüştür. Örneklem uygunluğunu gösteren Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı .88 olarak, Barlett Sphericity testi ise $\chi^2 = 698.23$ (sd=28, $p < .001$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, verilerin faktör analizi için son derece uygun olduğunu göstermektedir.

Sekiz maddelik tek faktörlü modelin faktör yük değerlerinin tümü .65'in üzerinde olup, model toplam varyansın %55'ini açıklamaktadır. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda elde edilen uyum indeksleri, modelin veri ile mükemmel düzeyde uyum sağladığını göstermiştir: $\chi^2 = 39.61$, sd=20 ($\chi^2/sd=1.98$), CFI= .97, GFI= .93, IFI= .97, NFI= .95, RFI= .93, SRMR= .048. Ölçüt geçerliliği kapsamında, DKYÖ-8 ile DKYÖ-25 (uzun form) arasında istatistiksel olarak anlamlı ve güçlü pozitif bir ilişki ($r=.85$, $p < .01$) tespit edilmiştir.

Güvenirlik

Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği, Cronbach Alfa katsayısı ile değerlendirilmiştir. İç tutarlılık güvenilirlik katsayısı $\alpha=.88$ olarak bulunmuştur. Bu değer, ölçeğin maddelerinin tutarlı bir şekilde aynı yapıyı ölçtüğünü ve yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir.

Ayrıca, madde analizi kapsamında düzeltilmiş madde-toplam korelasyon katsayıları incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda, bu katsayıların .56 ile .71 arasında sıralandığını belirlenmiştir. Bu korelasyon değerleri, her bir maddenin ölçeğin genel puanına önemli katkı sağladığını ve maddelerin homojen yapıda olduğunu desteklemektedir.

Faktör Analizi

DKYÖ-8'in yapısal bütünlüğü, açılmaya ve Faktör Analizi yöntemleriyle test edilmiştir. Açılmaya Faktör Analizi, sekiz maddenin tamamının tek bir faktör altında toplandığını ve bu faktörün ölçülen yapının varyansının %55'ini açıkladığını göstermiştir. Tüm faktör yükleri kabul edilebilir sınırlarda (.65) oldukça üzerinde yer almıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ise tek faktörlü modelin uygunluğunu teyit etmiştir. χ^2/sd

oran?n?n 1.98 olmas? (2.0'?n alt? mükemmel uyum kabul edilir) ve CFI, IFI gibi uyum indekslerinin .97 gibi yüksek de?erlerde ç?kmas?, DKYÖ-8'in teorik tek boyutlu yap?s?n?n ampirik verilerle uyumlu oldu?unu kan?tlam??t?r.

Araç

Test Türü: Uyarlama ve Geli?tirme (Orijinal ölçe?in k?sa formunun Türkçe adaptasyonu)

Format: 5'li Likert Ölçe?i

Maddeler: 8 Madde

Dil: Türkçe

Puanlama: 5'li Likert (1=Kesinlikle kat?lm?yorum, 2=Kat?lm?yorum, 3=Karars?z?m, 4=Kat?l?yorum, 5=Kesinlikle kat?l?yorum)

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Genellikle üniversite ö?rencileri ve yeti?kinler)

Popülasyon Detaylar?: Psikometrik özelliklerin belirlendi?i orijinal çal??mada kullan?lan örneklem detaylar? makalede yer almaktad?r.

Test Metodolojisi: Öz Bildirim Ölçe?i

Anahtar Kelimeler

Bili?sel Kontrol, Ruminasyon, Cronbach Alfa, Do?rulay?c? Faktör Analizi, Psikolojik Ölçüm, Ölçek.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Hakan Sar?çam

Sorumlu Yazar E-posta Adresi: hakansaricam@gmail.com

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Bilgi mevcut de?ildir.

Kurumsal E-posta Adresleri: Bilgi mevcut de?ildir.

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?ildir.

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

DKYÖ-8'in yay?nlanma y?I? 2020'dir. Ölçe?in kullan?m? için sorumlu yazar Hakan Sar?çam ile ileti?ime geçilmesi önerilir. Ticari olmayan, akademik ara?t?rmalar için genellikle izin al?narak ücretsiz kullan?m sa?lanmaktadır.

Ölçe?in orijinal makalesi ve PDF versiyonu a?a??daki ba?lant?larda mevcuttur. Orijinal PDF dosyas? buradan indirilebilir: [dusunce-kontrol-yetenegi-olcegi-dkyo-8-toad.pdf](http://dx.doi.org/10.17860/mersinefd.619831)

Kaynaklar

Sar?çam, H., ve Mert, A. (2020). Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?inin Türkçe Versiyonu: Bir ölçek uyarlama çal??ması?. *Mersin Üniversitesi E?itim Fakültesi Dergisi*, 16(2), 254-270. <http://dx.doi.org/10.17860/mersinefd.619831>

Makale Linki: dergipark.org.tr

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i (DKYÖ-8) Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddesi, ölçe?in orijinal içeri?inden al?nm??tır ve de?i?tirilmemiştir. DKYÖ-8 toplam 8 maddeden olmaktadır.

2. Ben ço?u zaman üzücü (can s?k?c?) dü?üncelerimden kaç?nam?yorum.