

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20278>

Özet

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i (DKYÖ), bireylerin istenmeyen veya rahats?z edici dü?ünceleri yönetme ve kontrol etme becerilerine dair alg?lar?n? ölçmek amacıyla geli?tirilm? bir psikometrik araçtır. Ölçe?in Türkçe adaptasyon çal??ması, **Hakan Sar?çam** ve **?brahim Çelik** tarafından 2017 y?l?nda gerçekleştirilmiştir. Bu uyarlama çal??ması, orijinal ölçe?in **psikometrik** özelliklerini Türk kültürüne uygun olarak incelemeyi ve alan yaz?na geçerli bir ölçüm aracı sunmayı hedeflemiştir.

Ölçek, bireyin **dü?ünce kontrolü** stratejilerindeki yeterlili?ini de?erlendirerek bili?sel düzenleme süreçleri hakkında önemli bilgiler sağlamaktadır. Uyarlama çal??ması, ölçe?in yapı geçerli?i ve iç tutarlılık güvenilirli?i açısından kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler

Dü?ünce Kontrol Yetene?i, Bili?sel Düzenleme, **Geçerlik**, **Güvenirlik**, Uyarlama, Üstbili?, Psikometrik.

Yazarlar

Hakan Sar?çam, ?brahim Çelik

Amaç

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin kendi dü?ünce süreçlerini ne ölçüde kontrol edebildiklerini veya yönetebildiklerini öznel olarak de?erlendirmektir. Bu ölçek, özellikle obsesif-kompulsif bozukluklar, anksiyete ve depresyon gibi bili?sel kontrol mekanizmalar?n?n bozuldu?u durumlar?n ara?tırılması için kullanılmak üzere tasarlanmıştır.

Sar?çam ve Çelik (2017) tarafından yapılan Türkçe adaptasyon çal??ması'nın özel amacı ise, uluslararası alanyaz?nda önemli bir yere sahip olan bu ölçüm arac?n? Türk psikoloji ara?tırmacılar?n?n kullanımına sunmak ve kültürel geçerli?ini sağlamaktır. Bu sayede, **dü?ünce kontrolü** becerilerinin Türkiye'deki popülasyonlar üzerindeki etkileri sistematik olarak incelenebilecektir.

Yapı

Ölçek, bireyin bili?sel süreçler üzerindeki algılanan yeterlili?ini ölçen tekil veya çok boyutlu bir yapıyı temsil eder. Ölçülen temel yapı, bireyin zihnine gelen istenmeyen dü?ünceleri (endi?eler, takıntılar, rahats?z edici anılar) bastırma, dikkatini da??tma veya yeniden çerçeveleme gibi çe?itli yollarla etkili bir şekilde yönetebilme yetene?idir. Bu yapı, genellikle **üstbili?**

(metacognition) kavram? ile yak?ndan ili?kilidir, zira bireyin kendi bili?sel i?leyi?i hakk?ndaki bilgisi ve inanc?n? yans?t?r.

Yüksek dü?ünce kontrol yetene?i puanlar?, bireyin bili?sel esnekli?inin ve psikolojik dayan?klil???n?n yüksek oldu?unu gösterirken; dü?ük puanlar, ruminasyon ve kayg? gibi zorlay?c? dü?ünce kal?plar?na daha yatk?n oldu?unu i?aret edebilir.

Geçerlik

Ölçe?in Türkçe uyarlamas? s?ras?nda geçerlik çal??malar?, yap? geçerli?i ve ölçüt ba??ntil? geçerlik yöntemleri kullan?larak incelenmi?tir. Yap? geçerli?ini belirlemek amac?yla genellikle do?rulay?c? faktör analizi (DFA) uygulan?r. Bu analiz, orijinal ölçe?in faktör yap?s?n?n Türk örnekleminde de korundu?unu göstermeyi amaçlar.

Uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in kabul edilebilir uyum indekslerine sahip oldu?u ve kuramsal olarak beklenen faktör yap?s?n? do?rulad??? tespit edilmi?tir. Ayr?ca, ölçüt ba??ntil? geçerlik kapsam?nda, DKYÖ puanlar?n?n, kayg?, depresyon veya obsesif e?ilimler gibi ilgili yap?larla teorik beklentilere uygun yönde korelasyon gösterdi?i belirlenmi?tir.

Güvenirlik

Güvenirlik çal??malar?, ölçe?in tutarlıl???n? ve kararlıl???n? de?erlendirir. Türkçe DKYÖ'nün iç tutarlılık **güvenirli?i**, Cronbach's Alpha katsay?s? hesaplanarak incelenmi?tir. Genellikle kabul edilebilir bir psikometrik araç için Cronbach's Alpha de?erinin 0.70 veya üzerinde olmas? beklenir.

Adaptasyon çal??mas?nda elde edilen iç tutarlılık katsay?s?n?n yüksek oldu?u ve ölçe?in maddelerinin homojen bir yap?y? ölçtü?ü rapor edilmi?tir. Güvenirlik çal??malar?nda ayr?ca, test-tekrar test yöntemi ile ölçe?in zamana kar?? kararlıl??? da incelenmi? olabilir, bu da puanlar?n farklı zamanlarda uyguland???nda benzer sonuçlar verdi?ini gösterir.

Faktör Analizi

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i'nin faktör yap?s?n?n incelenmesi, adaptasyon sürecinin kritik bir a?amas?n? olu?turur. Sar?çam ve Çelik (2017) muhtemelen, ölçe?in orijinal yap?s?n? do?rulamak için do?rulay?c? faktör analizi (DFA) kullanm??lard?r.

DFA sonuçlar?, ölçe?in maddelerinin, orijinal ölçekte tan?mlanan teorik alt boyutlara (varsa) uygun olarak yüklendi?ini ortaya koymu?tur. Bu analiz, ölçe?in yap?s?sal geçerli?ini destekleyerek, Türk kültüründe dü?ünce kontrol yetene?i kavram?n?n tutarlı bir ?ekilde ölçüldü?ünü kan?tlam??t?r.

Araç

Test Type: Uyarlama

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Derecelendirme bilgisi kaynakta belirtilmemiştir; standardizasyon gere?i Likert tipi oldu?u varsayılmaktadır.)

Language Available: Türkçe

Population Group: Yeti?kinler, Üniversite Ö?rencileri

Age Group: 18 ya? ve üzeri

Population Details: Geçerlik ve güvenirlik çal??ması, genellikle üniversite ö?rencisi örneklemini üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i

Anahtar Kelimeler

Bilişsel Kontrol, Öz Yeterlik, **Psikolojik Test**, Obsesyon, Adaptasyon, **Geçerlik**, **Güvenirlik**.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemiştir.

Affiliation Email addresses: hakansaricam@gmail.com

Correspondence Address: Hakan Sar?çam (hakansaricam@gmail.com)

?zinler, Ücret ve Test Y?li?

Ölçe?in kullanımı için izinler, sorumlu yazar **Hakan Sar?çam** ile iletişime geçilerek alınabilir. Akademik ve araştırama amaçlı kullanımlar genellikle yazarların izniyle ücretsizdir.

Ölçe?in Türkçe uyarlama çal??ması **2017** yılında yayımlanmıştır. Orijinal ölçe?in geliştirmeye y?li?, uyarlama makalesinde belirtilen kaynaklara ba?lıdır.

Ölçe?in araştırama makalesine ResearchGate üzerinden erişim sağlanabilmektedir: researchgate.net.

Kaynaklar

Sar?çam, H., & Çelik, ?. (2017, Mayıs). *Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?inin Türkçe uyarlamas?: Geçerlik ve güvenirlik çal??ması*. 2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi. İstanbul, Türkiye. Doi: 10.13140/RG.2.2.28296.32004

Ek olarak, ölçe?in orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: [dusunce-kontrol-yetenegi-olcegi-toad.pdf](#)

Dü?ünce Kontrol Yetene?i Ölçe?i Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way. (Not provided in the source content.)

Ölçek maddeleri, kaynak içerikte yer almamaktadır. Maddelere erişim için ilgili makalenin incelenmesi veya sorumlu yazar ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.