Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20318

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i (DDZÖ), orijinal ad? Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) olan psikolojik bir arac?n Türkçe adaptasyonudur. Bu ölçek, bireylerin duygusal deneyimlerini anlama, kabul etme ve yönetme süreçlerinde ya?ad?klar? zorluklar?n kapsaml? bir ?ekilde de?erlendirilmesi amac?yla geli?tirilmi?tir. Ölçe?in Türkçe uyarlamas? R. N. Ruganc? ve T. Gençöz taraf?ndan 2010 y?l?nda yap?lm?? ve psikometrik özellikleri incelenmi?tir. DDZÖ, klinik ve ara?t?rma ortamlar?nda, özellikle duygusal düzensizli?in yayg?n oldu?u psikopatolojilerin anla??lmas? ve tedavi planlar?n?n olu?turulmas?nda kritik bir rol oynamaktad?r.

Ölçek, duygusal düzenleme becerilerinin çe?itli boyutlar?n? ölçerek, bireyin duygular?na tepki verme, dürtülerini kontrol etme ve hedefe yönelik davran??lar?n? sürdürme yetene?i hakk?nda detayl? bilgi sunar. Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirlik çal??malar?, ölçe?in Türkiye popülasyonunda da geçerli ve güvenilir bir ölçüm arac? oldu?unu kan?tlam??t?r.

Anahtar Kelimeler

Duygu Düzenleme, Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i, DERS, Psikometri, Klinik Psikoloji, Ölçek Uyarlama, Duygusal Düzensizlik.

Yazarlar

Orijinal Ölçek Yazarlar?: Gratz, K. L. & Roemer, L. (2004). Türkçe Uyarlama Yazarlar?: Ruganc?, R. Neslihan, Gençöz, Tünay.

Amaç

Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin duygusal düzenleme süreçlerinde kar??la?t?klar? spesifik zorluklar? çok boyutlu olarak ölçmektir. Ölçek, sadece duygusal düzenleme yetene?inin genel bir skorunu vermekle kalmaz, ayn? zamanda bu zorluklar?n alt?nda yatan alt boyutlar? da belirleyerek klinik müdahaleler için hedef alanlar? saptamaya yard?mc? olur.

Bu araç, özellikle s?n?rda ki?ilik bozuklu?u, yeme bozukluklar?, travma sonras? stres bozuklu?u ve depresyon gibi duygusal düzensizli?in temel bir semptom oldu?u psikolojik durumlar?n ara?t?r?lmas? ve te?hisinde kullan?lmak üzere tasarlanm??t?r. Türkçe adaptasyonu, Türkiye'deki klinik ve ara?t?rma çal??malar?n?n uluslararas? standartlara uygun bir araçla yürütülmesine olanak sa?lam??t?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Yap?

DDZÖ, duygusal düzenleme zorluklar?n? ölçen çok boyutlu bir yap?y? temel al?r. Orijinal DERS ölçe?i, literatürde kabul gören alt? temel bile?eni ölçmektedir. Bu bile?enler, bireyin duygusal deneyimlerine kar?? bilinçli fark?ndal?k, kabul etme iste?i ve bu duygular? yönetme kapasitesini yans?t?r.

Ölçülen temel yap?sal boyutlar ?unlard?r:

Kabul Etmeme (Non-acceptance): Olumsuz duygusal tepkileri yarg?lama ve kabul etmeme e?ilimi.
Hedefe Yönelik Davran??larda Zorluklar (Difficulties Engaging in Goal-Directed Behavior): Yo?un duygular ya?an?rken planl? eylemleri sürdürmede ya?anan zorluk.
Dürtü Kontrolünde Zorluklar (Impulse Control Difficulties): Olumsuz duygular kar??s?nda dürtüsel davran??larda bulunma e?ilimi.
Duygusal Belirsizlik (Lack of Emotional Clarity): Ya?anan duygular?n ne oldu?unu tan?mlamada ve anlamada ya?anan güçlük.
Düzenleme Stratejilerine S?n?rl? Eri?im (Limited Access to Regulation Strategies): Duygular? düzenlemek için etkili stratejilerin kullan?labilir olmad???n? hissetme.
Duygusal Tepkilere Müdahale Etmeme (Non-acceptance of Emotional Responses): Duygusal tepkilerin kontrol edilemez veya bunalt?c? oldu?u inanc?.

Geçerlik

Türkçe adaptasyon çal??mas?nda (Geçerlik), ölçe?in yap?sal geçerli?i, orijinal alt? faktörlü yap?y? destekleyip desteklemedi?ini görmek amac?yla incelenmi?tir. Ruganc? ve Gençöz (2010), do?rulay?c? faktör analizi (DFA) kullanarak ölçe?in Türkçe formunun alt? faktörlü yap?s?n?n iyi uyum gösterdi?ini saptam??lard?r.

Ayr?ca, ölçe?in e? zamanl? geçerli?i, duygusal düzensizlikle teorik olarak ili?kili oldu?u bilinen di?er psikolojik yap?larla (örne?in, kayg?, depresyon, dürtüsellik) korelasyonlar? incelenerek de?erlendirilmi?tir. Bulgular, DDZÖ skorlar?n?n beklenen yönde ve anlaml? düzeyde ili?kili oldu?unu göstererek, ölçe?in ölçtü?ü yap?y? do?ru bir ?ekilde temsil etti?ini ortaya koymu?tur.

Güvenirlik

DDZÖ'nün Güvenirlik analizleri, iç tutarl?l?k (içsel güvenirlik) ve test-tekrar test güvenilirli?i yöntemleriyle gerçekle?tirilmi?tir. ?ç tutarl?l?k katsay?s? (Cronbach Alfa), ölçe?in ve alt boyutlar?n?n tutarl? bir ?ekilde ölçüm yapt???n? göstermi?tir.

Ruganc? ve Gençöz (2010) çal??mas?nda, Cronbach Alfa katsay?lar? hem toplam ölçek hem de

ARABPSYCHOLOGY.COM

alt ölçekler için yüksek de?erlerde bulunmu?tur (genellikle .80'in üzerinde), bu da ölçek maddelerinin ayn? yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü kan?tlamaktad?r. Test-tekrar test güvenilirli?i çal??malar? ise, ölçe?in zaman içinde kararl? ölçümler sa?lad???n? teyit etmi?tir.

Faktör Analizi

Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i'nin Türkçe uyarlamas?nda, ölçe?in yap?sal geçerli?ini test etmek amac?yla Faktör Analizi kullan?lm??t?r. Orijinal DERS ölçe?i 36 maddeden ve alt? alt boyuttan olu?maktad?r.

Yap?lan Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA), Türkçe veri seti üzerinde orijinal alt? faktörlü modelin kabul edilebilir düzeyde uyum sa?lad???n? göstermi?tir. Bu bulgu, duygusal düzenleme zorluklar? yap?s?n?n kültürleraras? geçerlili?ini desteklemekte ve ölçe?in Türkiye'de Gratz ve Roemer taraf?ndan önerilen teorik çerçeveyi korudu?unu göstermektedir. Bu yap?sal do?rulama, ölçe?in klinik ve ara?t?rma amaçl? kullan?m?n?n temelini olu?turur.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Kendini De?erlendirme Ölçe?i (Self-Report Scale). Genellikle 5'li Likert tipi derecelendirme kullan?lmaktad?r (1=Hemen hemen hiç / 5=Hemen hemen her zaman).

Language Available: Türkçe (Turkish), Orijinal (?ngilizce).

Population Group: Yeti?kin Popülasyonu.

Age Group: Ergenlik sonras? dönem ve yeti?kinlik.

Population Details: Uyarlama çal??mas? a??rl?kl? olarak üniversite ö?rencileri ve genel popülasyon üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Methodology: Bireylerin belirli duygusal deneyim ve tepkileri ne s?kl?kta ya?ad?klar?n? de?erlendirmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Duygusal Düzensizlik, Psikopatoloji, Kendini De?erlendirme, Lisansüstü Ara?t?rma, Ruganc? ve Gençöz, DERS Türkçe.

Yazarlar

ARABPSYCHOLOGY.COM

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor

Affiliation Email addresses: lokomotiv07@gmail.com (Sorumlu Yazar ?leti?im)

Correspondence Address: R. Neslihan Ruganc? (Sorumlu Yazar)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in orijinal versiyonu Gratz ve Roemer (2004) taraf?ndan geli?tirilmi?tir. Türkçe adaptasyonu 2010 y?l?nda yay?mlanm??t?r. Kullan?m izinleri ve olas? ücretlendirmeler için sorumlu yazar R. Neslihan Ruganc? ile ileti?ime geçilmesi önerilir.

Uyarlaman?n yap?ld??? y?l: 2010.

Kaynaklar

Ruganc?, R. N., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology, 66* (4), 442-455. DOI: 10.1002/jclp.20665

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26*(1), 41-54.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: the-difficulties-in-emotion-regulation-scale-toad.pdf

Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçe?i Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

(Ölçek maddeleri, kaynak içerikte sa?lanmad???ndan, bu k?s?m bo? b?rak?lm??t?r. Maddeler, telif haklar? nedeniyle yaln?zca ilgili referans makalelerden veya sorumlu yazardan temin edilebilir.)

ARABPSYCHOLOGY.COM