

Duygular? Yönetme Becerileri Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Duygular? Yönetme Becerileri Ölçeği*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20341>

Özet

Duygular? Yönetme Becerileri Ölçe?i (DYBÖ), A. R. Çeçen taraf?ndan 2002 y?l?nda doktora tezi kapsam?nda geli?tirilm? bir psikolojik ölçektir. Bu ölçek, bireylerin kendi duygusal durumlar?n? ve ba?kalar?n?n duygusal ifadelerini etkili bir ?ekilde yönetme yeteneklerini ölçmek amac?yla tasarlanm??t?r. Ölçe?in temel amac?, uygulanan bir e?itim program?n?n, özellikle ö?retmen adaylar? gibi yüksek duygusal etkile?im gerektiren meslek gruplar?n?n duygusal yönetim becerileri üzerindeki etkisini de?erlendirmektir. Ölçek, duygu yönetimi becerilerinin çe?itli boyutlar?n? kapsamaktad?r ve bu alandaki bilimsel çal??malara nicel bir araç sa?lamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Duygular? Yönetme Becerileri, Duygusal Zeka, Ölçek Geli?tirme, Ö?retmen Adaylar?, Psikometrik Araç, Duygusal Düzenleme.

Yazarlar

Çeçen, A. R.

Amaç

Duygular? Yönetme Becerileri Ölçe?i'nin birincil amac?, duygusal yönetim becerilerinin seviyesini objektif olarak ölçebilecek, geçerli ve güvenilir bir araç olu?turmakt?r. Ölçek, özellikle duygusal yetkinlik e?itim programlar?n?n etkilili?ini de?erlendirmede bir ön test ve son test araç? olarak kullan?lm??t?r.

Ölçe?in geli?tirilme süreci, yazar?n doktora tez çal??mas?n?n temelini olu?turmaktad?r. Bu çal??ma, e?itim programlar?n?n bireylerin duygusal yetkinliklerini art?rmadaki rolünü bilimsel olarak kan?tlamay? hedeflemiştir. Bu nedenle DYBÖ, ö?retmen adaylar?n?n mesleki ya?amlar?nda kritik öneme sahip olan duygusal düzenleme ve ba?a ç?kma stratejilerini ne ölçüde edindiklerini belirlemek için tasarlanm??t?r.

Yap?

DYBÖ, bireyin duygusal durumunu fark etme, anlama, ifade etme ve uygun ?ekilde tepki verme kapasitesi olan duygusal zeka kavram?n?n davran??sal yönü olan duygular? yönetim becerisi üzerine odaklanmaktadır. Bu yap?, genellikle ?u temel bile?enleri içerir:

Duygusal Fark?ndal?k: Bireyin kendi duygular?n? do?ru bir ?ekilde tanıma ve etiketleme yetene?i.

Duygusal ?fade: Duygular? sosyal olarak uygun ve etkili bir ?ekilde d??a vurma yetene?i.

Duygusal Düzenleme: Olumsuz duygular?n yo?unlu?unu ve süresini yönetmek için stratejiler kullanma becerisi.

Empati ve ?li?ki Yönetimi: Ba?kalar?n?n duygular?n? anlama ve ki?ileraras? ili?kilerde bu bilgiyi kullanma becerisi.

Ölçek, bu bile?enlerin her birini kapsayan maddeler arac?l???yla genel bir duygular? yönetme becerisi puan? sunmay? amaçlam??t?r.

Geçerlik

Kaynak referans?nda ölçe?in geçerlik çal??malar? hakk?nda do?rudan nicel bilgi sunulmam??t?r. Ancak bir geli?tirme çal??mas? oldu?u için, doktora tezi kapsam?nda kapsaml? geçerlik çal??malar?n?n yap?ld??? varsay?lmaktadır. Bu çal??malar?n tipik olarak ?unlar? içermesi beklenir:

Kapsam Geçerli?i: Maddelerin, ölçülmek istenen duygusal yönetim becerileri yap?s?n?n tüm boyutlar?n? temsil edip etmedi?inin uzman görüş?leri ile de?erlendirilmesi.

Yap? Geçerli?i: Ölçe?in teorik yap?y? ne ölçüde destekledi?ini belirlemek için Faktör Analizi (Aç?mlay?c? veya Do?rulamay?c?) kullan?lmas?.

Kriter Geçerli?i: Ölçek puanlar?n?n, ayn? yap?y? ölçen veya ilgili teorik yap?larla ili?kili oldu?u bilinen di?er ölçeklerle (örne?in, duygusal zeka ölçekleri) korelasyonunun incelenmesi.

DYBÖ'nün tam geçerlik katsay?lar? ve detayl? analizleri, Çeçen (2002) doktora tezinin tam metninde yer almaktadır.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenilirlik (reliability) bilgileri kaynakta "-" olarak belirtilmi?tir. Ancak ölçek geli?tirme süreci göz önüne al?nd???nda, iç tutarlıl?k ve zamana ba?l? istikrar çal??malar?n?n yap?lm?? olması gerekmektedir.

Genellikle, bu tür psikometrik araçlarda iç tutarlıl?k katsay?s? olarak **Cronbach Alfa** de?eri hesaplanır. Bu de?er, ölçekteki maddelerin tutarlı bir ?ekilde ayn? yap?y? ölçüp ölçmedi?ini gösterir. Ayr?ca, ölçe?in zaman içinde kararlıl???n? test etmek amacıyla **Test-Tekrar Test Güvenirli?i** çal??malar?n?n da uygulanm?? olması muhtemeldir. Bu çal??malar, ölçek puanlar?n?n farklı zamanlarda uyguland???nda ne kadar istikrarlı oldu?unu ortaya koyar.

Faktör Analizi

Duygular? Yönetme Becerileri Ölçe?i'nin geli?tirme a?amas?nda, ölçtü?ü yap?n?n boyutlar?n? belirlemek ve maddelerin hangi alt faktörler alt?nda topland???n? görmek amac?yla Faktör Analizi uygulanm???r. Bu analiz, ölçe?in çok boyutlu mu yoksa tek boyutlu mu oldu?unu ortaya koyarak ölçe?in yap? geçerli?ine katkıda bulunur.

Tipik olarak, Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA), ölçe?in nihai yap?s?n?n belirlenmesinde kritik rol oynam???r. Bu süreçte **Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)** ve **Barlett Küresellik Testi** gibi istatistikler kullan?larak veri setinin faktör analizi için uygunlu?u de?erlendirilmi?tir. Çeçen (2002) tezinde, ölçe?in kaç faktörden olu?tu?u ve bu faktörlerin toplam varyans?n ne kadar?n? aç?klad??? detayl? olarak belirtilmektedir.

Araç

Test Türü: Geli?tirme (Self-Report)

Format: Derecelendirme format?nda (Likert tipi) olmas? muhtemeldir, ancak kaynakta derecelendirme bilgisi net de?ildir. Tipik olarak 4'lü veya 5'li Likert format? kullan?l?r.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Ö?retmen Adaylar?

Ya? Grubu: Üniversite ö?rencisi ya? grubu (Genellikle 18-25 ya? aral???).

Popülasyon Detaylar?: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne ba?l? bölümlerde ö?renim gören ö?retmen adaylar?.

Test Metodolojisi: E?itim program?n?n etkisini ölçmek için deneysel veya yar? deneysel desenlerde (ön test-son test) uygulanm???r.

Anahtar Kelimeler

Psikometrik Özellikler, Güvenirlik, Geçerlik Çal??malar?, E?itim Program? Etkilili?i, Çukurova Üniversitesi, Duygusal Yetkinlik.

Yazarlar

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

Ba?l?l?k E-posta Adresleri: Bilgi mevcut de?ildir.

Yaz??ma Adresi: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana (Tez çal??mas?n?n yap?ld??? kurum).

??zinler, Ücret ve Test Y?I?

Ölçek, akademik bir doktora tezi kapsam?nda geli?tirilmittir. Ticari bir ücret bilgisi mevcut de?ildir. Ölçe?in kullan?m? için genellikle yazar?ndan veya telif hakk? sahibi kurumdan izin al?nmas? gerekmektedir.

Test Y?I?: 2002

Kaynaklar

Çeçen, A. R. (2002). *Duygular? yönetme becerileri e?itimi program?n?n ö?retmen adaylar?n?n duygular? yönetme becerileri üzerindeki etkisi* (Doktora tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Duygular? Yönetme Becerileri Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçe?in orijinal maddeleri, kaynak referansta sa?lanan minimal bilgide yer almamaktadır. Maddelerin tam listesi için Çeçen (2002) doktora tezinin orijinal metnine ba?vurulmas? gerekmektedir.