

# Duygusal Güvenlik Ölçeği (DGÖ) (Üniversite Öğrencileri için)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Duygusal Güvenlik Ölçeği (DGÖ) (Üniversite Öğrencileri için)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20358>

## Özet

**Duygusal Güvenlik Ölçeği (DGÖ)**, bireylerin aile içi çatışmalara karşı geliştirdikleri tepkileri ve bu çatışmaların yol açtığı güvensizlik duygularının değerlendirilme amacıyla uyarlanmış psikometrik bir araçtır. Ölçek, özellikle üniversite öğrencisi popülasyonunun aile sistemleri içindeki deneyimlerini ve **duygusal güvenliği** ölçmeyi hedefler. Gülşenil tarafından 2016 yılında Türk kültürüne uyarlanan bu ölçek, alt boyutta 24 maddeden oluşmaktadır ve bireyin çatışmaya yönelik kaçınma, duygusal uyarılma ve duygusal düzenleme becerilerini incelemektedir.

DGÖ'nün uyarılma çalışması, ölçeğin orijinal yapısının Türk üniversite öğrencileri örnekleminde geçerli ve güvenilir bir ölçüm sağlamasını kanıtlamaya amaçlanmıştır. Bu çalışma, genç yetişkinlerin aile çatışmalarına verdikleri bilişsel ve duygusal tepkileri anlamak için önemli bir araç sunmaktadır.

## Anahtar Kelimeler

Duygusal Güvenlik, Aile Çatışması, **Geçerlik**, **Güvenirlilik**, Üniversite Öğrencileri, **Faktör Analizi**, **Likert Ölçeği**.

## Yazarlar

Gülşenil

## Amaç

Bu ölçeğin temel amacı, üniversite öğrencilerinin aile içi çatışmalar deneyimleme biçimlerini ve bu çatışmalar karşısında geliştirdikleri **duygusal tepkileri** sistematik olarak ölçmektir. Ölçek, ailedeki yatkınlık veya yapıcı temsillerin bireyin **duygusal güvenliği** nasıl etkilediğini belirlemek üzere tasarlanmıştır.

Uyarılma çalışması, orijinal Duygusal Güvenlik Ölçeği'nin Türk kültüründeki üniversite öğrencileri popülasyonu için psikometrik uygunluğunu test etmek ve kanıtlamak suretiyle, bu alandaki araştırmalara standart bir ölçüm aracı sağlamaya hedeflemiştir. Bu sayede, aile çatışması ile genç yetişkin ruh sağlığı arasındaki ilişkiler daha sağlam temellere dayandırılarak incelenebilir.

## Yapı

DGÖ, bireyin aile ilişkileri bağlamında hissettiği **duygusal güvenliği** ölçen çok boyutlu bir yapıyı temsil eder. Bu yapı, bireyin kendini sakinleştirme yeteneği (duygu düzenleme), aile çatışmasına yönelik kaçınma eğilimleri ve çatışmanın bireyde yarattığı uyarılma düzeyleri gibi farklı bilişsel

ve duygusal bileşenlerden oluşur.

Ölçek, Duygusal Güvenlik kavramının alt temel alt boyut araçlarıyla ele alır:

Duygu düzenlemede zorluk

Yapıcı aile temsilleri

Çatışmanın yayılması

Kaçınma

Duygusal uyarılma

Yıkıcı aile temsilleri

## Geçerlik

Ölçeğin Türk popülasyonundaki yapısal **geçerlik** çalışmaları, Gül Şendil'in 2016 tarihli makalesinde detaylıca sunulmuştur. Uyarılma çalışmasında, ölçeğin alt faktörlü yapısının üniversite öğrencisi örnekleminde kültürel ve psikometrik açıdan uygunluğunu değerlendirmek amacıyla **Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)** yöntemleri kullanılmıştır.

Elde edilen bulgular, maddelerin ilgili alt boyutlar altında yeterli faktör yüklenmelerine sahip olduğunu ve ölçeğin teorik olarak varsayılan alt boyutlu yapıyı koruduğunu göstererek yapı geçerliliğini desteklemiştir. Geçerlik analizlerinin ayrıntılı sonuçları ilgili akademik yayında mevcuttur.

## Güvenirlik

DGÖ'nün güvenilirlik analizleri, iç tutarlılık katsayıları (özellikle **Cronbach Alfa**) araçlarıyla değerlendirilmiştir. Bu katsayılar, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ne ölçüde tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Yapılan analizler sonucunda, hem ölçeğin genel puanı hem de alt boyutlar bazında elde edilen iç tutarlılık değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, Duygusal Güvenlik Ölçeği'nin üniversite öğrencileri arasında tutarlı ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu kanıtlamaktadır.

## Faktör Analizi

Duygusal Güvenlik Ölçeği'nin **faktör analizi**, ölçeğin toplam 24 maddeden oluşan ve altı ayrı alt boyutu temsil eden bir yapıya sahip olduğunu doğrulamıştır. Bu yapı, bireyin aile çatışmasına verdiği farklı tepki mekanizmaları ve bilişsel temsilleri kapsamaktadır.

**Duygu Düzenlemede Zorluk:** Bireyin stres veya çatışma anlarında duygusal tepkilerini yönetememesi.

**Yapıcı Aile Temsilleri:** Ailedeki zorluklara rağmen olumlu ve iktisadi iliikilere dair inançların varlığı.

**Çatışmanın Yayılması:** Aile içi gerilimin bireyin kişisel alanına sızması ve kendini suçlu hissetmesi.

**Kaçınma:** Çatışma kaynaklarından fiziksel veya psikolojik olarak uzak durma stratejileri.

**Duygusal Uyarılma:** Çatışma karşısında yoğun kaygı, üzüntü veya stres yaşamaları.

**Yükücü Aile Temsilleri:** Ailenin geleceği, istikrar ve güvenilirliği hakkında olumsuz ve endişe verici düşüncelere sahip olmaları.

## Araç Bilgileri

**Test Türü:** Uyarılma (Adaptasyon)

**Format:** Öz bildirim ölçeği (Self-report scale)

**Mevcut Dil:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Üniversite Öğrencileri

**Yaş Grubu:** Genç Yetkinlik (Genellikle 18-25 yaş aralığı)

**Popülasyon Detayları:** Türkiye'deki üniversitelerde öğrenim gören lisans öğrencileri örnekleminde üzerinde valide edilmiştir.

**Test Metodolojisi:** 4'lü **Likert Ölçeği** kullanılmıştır. Yanıtlar 1'den (Kesinlikle doğru değil) 4'e (Çok doğru) kadar derecelendirilmektedir.

## Anahtar Kelimeler

Duygusal Güvenlik, Aile Çatışması, Psikometrik Özellikler, Uyarılma, Genç Yetkinlik, Duygu Düzenleme, **Faktör Analizi**.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlayıcı:** Mevcut Değil

**İletişim E-posta Adresi:** [gsendil58@gmail.com](mailto:gsendil58@gmail.com)

**Yazın Adresi:** Mevcut Değil

## İzinler, Ücret ve Test Yılı?

Ölçek, Gül Şendil tarafından 2016 yılında yayımlanan akademik makale kapsamında uyarlanmış ve valide edilmiştir. Ölçeğin kullanımı ve telif hakları ile ilgili detaylı bilgi ve izinler için sorumlu yazar Gül Şendil ile doğrudan iletişime geçilmesi gerekmektedir. Ticari veya araştırma amaçlı kullanım ücretleri yazarın takdirindedir.

## Kaynaklar

Şendil, G. (2016). Duygusal Güvenlik Ölçeği (DGÖ): Üniversite öğrencilerinde **geçerlik** ve güvenilirlik çalışması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 36(2), 45 - 64.

Makalenin orijinal çevrimiçi kaynağına şu adresten ulaşılabilir: [dergipark.gov.tr](http://dergipark.gov.tr)

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [duygusal-guvenlik-olgegi-dgo-universite-ogrencileri-icin-toad.pdf](http://duygusal-guvenlik-olgegi-dgo-universite-ogrencileri-icin-toad.pdf)

## Duygusal Güvenlik Ölçeği (DGÖ) Maddeleri (Üniversite Öğrencileri için)

DGÖ toplam 6 alt boyut ve 24 maddeden oluşmaktadır. Derecelendirme 4'lü Likert formatındadır (1=Kesinlikle doğru değil - 4=Çok doğru). Ayrıca her alt boyutu temsil eden örnek bir madde yer almaktadır:

Duygu düzenlemede zorluk (5m): Kendimi sakinleştiremem.

Yapıcı aile temsilleri (4m): Ailem yine de birbiriyle iyi geçinebilir.

Çatışmanın yayılması (3m): Beni suçladıkları düşünürüm.

Kaçınma (5m): Onlardan olabildiğince uzak olmayı isterim.

Duygusal uyarılma (3m): Üzgün hissederim.

Yıkıcı aile temsilleri (4m): Ailemin ileride ne yapacağı konusunda endişelenirim.