

Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği (Emotional Self-Disclosure Scale)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği (Emotional Self-Disclosure Scale)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20368>

Özet

Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği (Emotional Self-Disclosure Scale), bireylerin içsel duygusal durumlarını, kişisel hassasiyetlerini ve hislerini başkalarına ne ölçüde ve hangi sıklıkta ifade ettiğini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir psikometrik araçtır. Ölçeğin Türkçe literatürdeki kullanımı, bir **uyarlama** çalışmasıyla dayanmaktadır. Bu ölçek, özellikle kişilerarası ilişkilerde ve psikopatoloji araştırmalarında önemli bir yapı olan duygusal açıklama düzeyini nicel olarak belirlemeyi amaçlar.

Ölçeğin bilinen en erken ve temel referansı, E. A. Oral (1994) tarafından hazırlanan yüksek lisans tezidir. Bu tezde, ölçek intihar girişimi olan kadınların **duyguların açma davranışı** ile kaygı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesinde kullanılmıştır. Ölçek, bireyin savunmasızlık alanlarını ve başkalarına güvenme eğilimini yansıtan duygusal açıklık düzeyini değerlendirmek için kritik bir araç olarak kabul edilmektedir.

Anahtar Kelimeler

Duygusal Açıklama, Kendini Açma, Psikolojik Ölçek, Uyarılma, Kaygı, İntihar Girişimi, Psikometri.

Yazarlar

Ölçeğin orijinal geliştiricisi bu kaynakta belirtilmemiştir. Türkçe uyarılmasını gerçekleştiren yazar: Oral, E. A.

Amaç

Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin kendi **duygusal deneyimlerini**, korkularını, sevinçlerini, hayal kırıklıklarını ve diğer içsel durumlarını sosyal çevrelerindeki önemli kişilere (arkadaş, aile, partner) ne derece aktardıklarını sistematik olarak ölçmektir. Bu, bireyin psikolojik iyi oluşu ve kişilerarası ilişkilerinin kalitesi açısından önemli bir değişkendir.

Oral'ın (1994) çalışmasındaki özel amaç, **klınık popülasyonda** duygusal kendini açma davranışlarının düzeyini belirleyerek, bu davranışların yüksek düzeydeki stres ve psikopatoloji (örneğin, intihar girişimi) ile olan korelasyonunu araştırmaktır. Bu bağlamda ölçek, duygusal regülasyon ve bağış stratejileri hakkında ipuçları sunmayı hedeflemiştir.

Yapı

Ölçek, psikolojideki temel yapılardan biri olan **kendini açma** (Self-Disclosure) kavramının duygusal boyutuna odaklanır. Kendini açma, genellikle hem derinlik (açıklanan bilginin kişiselliği)

hem de genişlik (açıklanan konu çeşitliliği) açısından değerlendirilir. Bu özel ölçek, bilginin içeriğinden ziyade, paylaşılan **duygusal yoğunluğa** ve hassaslığa vurgu yapar.

Ölçek, bireyin özellikle olumsuz veya savunmasız duyguların (üzüntü, öfke, kaygı) ifade etme istekliliğini ve yeteneğini ölçer. Yüksek puanlar genellikle yüksek duygusal açıklık ve muhtemelen daha sağlıklı duygusal ifade biçimlerini işaret ederken, düşük puanlar duygusal ketlemeyi veya sosyal çekingenliği gösterebilir.

Geçerlik

Ölçeğin Türkçe uyarlamasına ait detaylı geçerlik çalışmaları, sunulan birincil referansta (Oral, 1994) açıkça belirtilmemiştir. Geçerlik, bir ölçeğin ölçmeyi amaçladığı yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini gösteren temel bir psikometrik özelliktir. Genellikle içerik geçerliği, yapı geçerliği (faktör analizi ile) ve ölçüt geçerliği (ilgili diğer kriterlerle korelasyon) gibi yöntemlerle incelenir.

Uyarlama çalışmalarıında, orijinal ölçeğin kültürel ve dilsel eteşerliliğinin sağlanması büyük önem taşır. Bu ölçeğin **Türkçe versiyonunun** kullanıldığı akademik çalışmada, geçerliğe dair spesifik istatistiksel verilerin (örneğin, doğrulayıcı faktör analizi sonuçları) eksikliği, gelecekteki araştırmalar için bu alanda çalışmalar yapılması gerektiğini göstermektedir.

Güvenirlik

Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği'nin güvenilirlik (reliability) bilgileri, sunulan kaynakta (Oral, 1994) açıkça rapor edilmemiştir. Güvenirlik, bir ölçüm aracının tutarlılığı ve kararlılığı ifade eder; yani, aynı koşullar altında tekrarlandığında benzer sonuçlar verme yeteneğidir.

Tipik olarak güvenilirlik, iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) veya test-tekrar test korelasyonları gibi yöntemlerle belirlenir. Ölçeğin akademik kullanım göz önüne alındığında, bu tür psikometrik verilerin ilerleyen çalışmalarda sunulması, ölçeğin araştırma aracı olarak sağlamlığını arttıracaktır.

Faktör Analizi

Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasına ilişkin **faktör yapısı** ve analiz sonuçları (keşfedici veya doğrulayıcı faktör analizi), mevcut kaynakta detaylandırılmamıştır. Faktör analizi, ölçeğin altında yatan yapısal boyutlar veya faktörleri belirlemek için kullanılan istatistiksel bir yöntemdir.

Orijinal ölçeğin faktör sayısı (örneğin, farklı ülkelerine veya farklı duygusal kategorilere yönelik alt boyutlar) korunup korunmadığı, ya da Türkçe popülasyonda yeni bir faktör yapısının ortaya çıkıp çıkmadığına dair bilgi bulunmamaktadır. Bu tür bilgiler, ölçeğin yapısal geçerliğinin

temelini oluşturmaktadır.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Kendini bildirim envanteri (Self-report inventory) (Çokkararlı)

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Yetişkinler

Age Group: Belirtilmemiştir (Ancak referans tezde intihar girişimi olan yetişkin kadınlar üzerinde kullanılmıştır.)

Population Details: Ölçek, özellikle intihar girişimi olan kadınların duygusal açıklık düzeylerini incelemek amacıyla kullanılmıştır. Bu, ölçeğin klinik ve danışmanlık ortamlarında potansiyel uygulamaları olduğunu düşündürmektedir.

Test Methodology: Muhtemelen Likert tipi derecelendirme sistemi kullanılmıştır, ancak kullanılan kesin derecelendirme (örneğin, 5'li veya 7'li Likert) belirtilmemiştir.

Anahtar Kelimeler

Duygusal Açıklık Düzeyi, Sosyal İhtiyaçlar, Yüksek Lisans Tezi, Duygusal Ketleme, Oral (1994), Psikolojik Değerlendirme.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor

Affiliation Email addresses: Bilinmiyor

Correspondence Address: Bilinmiyor

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin orijinal geliştiricisine ait izin ve ücret bilgileri mevcut değildir. Türkçe uyarlaması **1994** yılında akademik bir tez çalışması kapsamında kullanılmıştır. Ticari kullanım veya telif haklarına dair ek bilgi için Oral (1994) tezinin incelenmesi gerekmektedir.

Kaynaklar

Oral, E. A. (1994). *Stresli durumlarda kadınlara duyguların açma davranışları ile kaygı durumları arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Duygusal Olarak Kendini Açma Ölçeği Maddeleri (Emotional Self-Disclosure Scale)

ÖNEMLİ: Ölçek maddeleri, sunulan kaynak içerikte yer almamaktadır. Ölçeği oluşturan orijinal maddeler, birincil referans (Oral, 1994 Yüksek Lisans Tezi) içerisinde bulunabilir.

ARABPSYCHOLOGY.COM