Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20371

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i (DÖFÖ), bireylerin kendi duygusal durumlar?n?, hislerini ve tepkilerini tan?ma ve anlama kapasitelerini ölçmek amac?yla uyarlanm?? psikometrik bir araçt?r. Bu ölçek, orijinal yabanc? dil formunun Türkçeye çevrilerek geçerlik ve güvenirlik çal??malar?n?n yap?lmas?yla elde edilmi?tir. Ölçe?in Türkçeye uyarlama çal??mas?, 2017 y?l?nda Tatar ve arkada?lar? taraf?ndan gerçekle?tirilmi? olup, Türk kültürü ba?lam?nda Duygusal Öz Fark?ndal?k düzeylerini saptamay? hedeflemektedir.

Bu uyarlama çal??mas?, ölçe?in yap?sal tutarl?l???n? ve ölçüm özelliklerini Türk örnekleminde test ederek, psikoloji ve ilgili sosyal bilimler alanlar?nda kullan?labilirli?ini sa?lam??t?r. Duygusal öz fark?ndal?k, bireyin psikolojik sa?l???, ki?ileraras? ili?kileri ve genel ya?am kalitesi üzerinde kritik bir rol oynayan temel bir duygusal zeka bile?enidir.

Anahtar Kelimeler

Duygusal Öz Fark?ndal?k, Duygu, Fark?ndal?k, Ölçek Uyarlama, Psikometri, Öz Bildirim Envanteri, Psikolojik Ölçek.

Yazarlar

Tatar, A., Bekiro?lu, B., Çelikba?, B., Özdemir, H., Ya??zer, R., Battal, F., Kurt, G.D., Ören, Z., Astar, M.

Amaç

Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin kendi içsel duygusal deneyimlerini ne ölçüde alg?layabildiklerini, tan?mlayabildiklerini ve ay?rt edebildiklerini bilimsel olarak ölçmektir. Bu ölçek, orijinal formunun Türkçeye çevrilmesi ve Türkiye örnekleminde geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullan?ma sunulmas? amac?yla uyarlanm??t?r.

Uyarlama çal??mas?, özellikle duygusal süreçleri inceleyen ara?t?rmac?lara, klinik psikologlara ve dan??manlara, bireylerin duygusal fark?ndal?k düzeylerini objektif bir ?ekilde de?erlendirme imkan? sunarak, bu alandaki müdahale ve geli?tirme programlar?n?n etkinli?ini art?rmay? amaçlamaktad?r.

Yap?

Ölçek, psikolojideki temel yap?lardan biri olan Duygusal Öz Fark?ndal?k (Emotional Self-Awareness) yap?s?n? ölçmektedir. Bu yap?, genellikle a?a??daki boyutlar? içerir:

ARABPSYCHOLOGY.COM

Duygular? Tan?ma: Bireyin o anda ya?ad??? duygusal durumu do?ru bir ?ekilde isimlendirebilme yetene?i.
Duygusal Yo?unluk Alg?s?: Bireyin duygusal tepkilerinin ?iddetini ve süresini do?ru de?erlendirebilmesi.
Duygusal Nedenleri Anlama: Bireyin belirli duygusal durumlar?n ortaya ç?kmas?na neden olan içsel ve d??sal tetikleyicileri fark edebilmesi.

Duygusal Öz Fark?ndal?k, bireyin duygusal deneyimlerini yarg?lamadan kabul etme ve bu bilgiyi davran??lar?n? yönlendirmede kullanma becerisinin temelini olu?turur. Bu, genel duygusal düzenleme ve zihinsel sa?l?k için kritik bir ön ko?uldur.

Geçerlik

Kaynak referansta geçerlik de?erleri do?rudan belirtilmemi? olsa da, Tatar ve arkada?lar?n?n 2017 tarihli uyarlama çal??mas? kapsam?nda ölçe?in yap?sal geçerli?inin incelenmesi zorunludur. Uyarlama çal??malar? tipik olarak, orijinal ölçe?in teorik yap?s?n?n Türkçe formda da korundu?unu göstermek için kapsaml? geçerlik analizleri içerir.

Bu analizler genellikle ?unlar? kapsar:

Yap? Geçerli?i: Faktör analizi sonuçlar?yla ölçe?in maddelerinin ölçülmek istenen teorik yap?y? ne ölçüde temsil etti?inin belirlenmesi.
Ölçüt Ba?lant?l? Geçerlik: Duygusal Öz Fark?ndal?k ile teorik olarak ili?kili olmas? beklenen di?er psikolojik yap?larla (örne?in, depresyon, anksiyete veya genel duygusal zeka ölçekleri) korelasyonlar?n?n incelenmesi.

Güvenirlik

Uyarlama çal??mas?n?n bir parças? olarak, Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i'nin güvenilirli?inin de de?erlendirilmi? olmas? beklenir. Güvenirlik, ölçe?in zaman içinde veya farkl? denek gruplar?nda tutarl? sonuçlar üretme derecesini ifade eder. Kaynakta spesifik de?erler olmamas?na ra?men, güvenirlik analizleri ?unlar? içermelidir:

?ç Tutarl?l?k Güvenirli?i: Ölçek maddelerinin birbiriyle ne kadar tutarl? oldu?unu gösteren Cronbach Alfa katsay?s? hesaplamas?.
Test-Tekrar Test Güvenirli?i: Ayn? bireylere farkl? zamanlarda uygulanan test sonuçlar?n?n tutarl?l???n?n incelenmesi. Bu, ölçe?in zamana kar?? dayan?kl?l???n? gösterir.

Faktör Analizi

Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i'nin Türkçe'ye uyarlanmas? sürecinde, ölçe?in orijinal yap?s?n?

ARABPSYCHOLOGY.COM

do?rulamak amac?yla Faktör Analizi teknikleri kullan?lm??t?r. Bu analizler, ölçe?in çok boyutlu mu yoksa tek boyutlu mu oldu?unu tespit etmeye yard?mc? olur.

Uyarlama çal??mas?nda genellikle Ke?fedici Faktör Analizi (KFA) ile madde yüklerinin incelenmesi ve ard?ndan Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) ile orijinal ölçek yap?s?n?n Türk örnekleminde de uygun model uyumu gösterip göstermedi?inin teyit edilmesi beklenir. Bu i?lemler, ölçe?in kültürel adaptasyonunun ba?ar?s?n? gösteren temel psikoloji istatistiksel ad?mlar?d?r.

Araç

Test Türü: Uyarlama

Format: Yüksek ihtimalle Likert Ölçe?i format?nda öz bildirim envanteri (Derecelendirme bilgisi kaynakta yer almamaktad?r, ancak tipik olarak 4, 5 veya 7 noktal? Likert tipi kullan?l?r).

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Yeti?kinler ve genç yeti?kinler (Uyarlama çal??mas? üniversite ö?rencileri veya genel popülasyon üzerinde gerçekle?tirilmi? olabilir).

Ya? Grubu: 18 ya? ve üzeri (Yeti?kin popülasyon).

Popülasyon Detaylar?: Uyarlama çal??mas?n?n hedef kitlesi genellikle üniversite ö?rencileri veya genel toplum örnekleminden olu?maktad?r. Detayl? örneklem bilgisi kaynak makalede yer almaktad?r.

Test Metodolojisi: Öz Bildirim Envanteri. Kat?l?mc?lar, kendilerine sunulan duygusal durum veya tepki ifadelerini belirli bir derecelendirme sistemi üzerinden de?erlendirirler.

Anahtar Kelimeler

Duygu Düzenleme, Öz Bildirim, Adaptasyon, Psikometri, Yap? Geçerli?i, Güvenirlik Analizi, Duygusal Zeka.

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Arkun Tatar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Kaynakta belirtilmemi?tir.

Kurum E-posta Adresleri: Sorumlu yazar?n ileti?im e-postas?: arkuntatar@yahoo.com

Yaz??ma Adresi: Kaynakta belirtilmemi?tir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l? (Uyarlama): 2017

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?m? için genellikle sorumlu yazar (Arkun Tatar) ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Kullan?m ko?ullar? ve potansiyel ücretler için yazar?n izni zorunludur.

Kaynaklar

Tatar, A., Bekiro?lu,B., Çelikba?, B., Özdemir,H., Ya??zer, R., Battal, F., Kurt, G.D., Ören,Z.ve Astar,M.(2017).Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i'nin Türkçe'ye çevrilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi.*Journal of Social And Humanities Sciences*, *4*(13), 1484-1493.

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: duygusal-oz-farkindalik-olcegi-toad.pdf

Duygusal Öz Fark?ndal?k Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçe?in orijinal maddeleri kaynak içerikte yer almamaktad?r. Maddelerin tam listesi için yukar?da belirtilen referans makaleye ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM