

Ergenler ic?in O?fke Du?zenleme O?lc?e?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Ergenler ic?in O?fke Du?zenleme O?lc?e?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21189>

Öz

Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği (EÖDÖ), Mehmet Ali Yıldız tarafından 2016 yılında geliştirilmiş bir ölçektir. Bu ölçek, ergenlerin yaşadıkları öfke durumlarında sergiledikleri içsel ve içsel olmayan öfke düzenleme stratejilerini değerlendirmek amacıyla tasarlanmıştır. Ölçeğin geliştirilmesi, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları içeren kapsamlı bir metodolojiye dayanmaktadır ve psikometrik özelliklerinin incelenmesiyle üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu doğrulanmıştır. EÖDÖ, ergenlik dönemindeki öfke yönetimi süreçlerini bilimsel olarak incelemek isteyen araştırmacılar için önemli bir araç sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Öfke düzenleme, ergenler, psikometrik özellikler, geçerlik, güvenirlik, faktör analizi, psikoloji.

Yazarlar

Mehmet Ali Yıldız

Amaç

EÖDÖ'nün temel amacı, ergenlerin öfke tepkilerini yönetme biçimlerini ölçmektir. Bu ölçek, özellikle bireylerin öfkeyi içsel (kendine yönelik) veya dışsal (çevreye yönelik) olarak nasıl düzenlediklerini ve bu düzenleme biçimlerinin adaptif (içsel) olup olmadığını belirlemek için geliştirilmiştir.

Ölçek, klinik ve akademik ortamlarda, ergenlerdeki riskli veya yapıcı öfke yönetim stratejilerinin tanımlanmasına ve bu stratejilere yönelik müdahale programlarının geliştirilmesine rehberlik etmeyi hedeflemektedir. Geliştirme sürecinde, farklı öfke düzenleme tarzlarını ayırt edebilen, psikometrik açıdan güçlü bir araç oluşturulması amaçlanmıştır.

Yapı

Ölçek, öfke düzenleme yapısını üç temel alt boyutta ele almaktadır. Bu üç faktörlü yapı, öfke tepkilerinin hem yönünü (içsel/dışsal) hem de kalitesini (içsel/içsel olmayan) kapsamaktadır:

İçsel Öfke Düzenleme: Öfkeyle başa çıkmada yapıcı ve sağlıklı stratejileri ifade eder.

Dışsal İçsel Olmayan Öfke Düzenleme: Öfkenin bireyin kendisine yönelttiği, genellikle kendine zarar veren veya depresif sonuçlara yol açan stratejilerdir.

Dışsal İçsel Olmayan Öfke Düzenleme: Öfkenin çevreye, nesnelere veya diğer insanlara yöneltilen, saldırganlık içeren adaptif olmayan stratejileridir.

EÖDÖ, toplam 18 maddeden oluşmakta olup, her bir alt boyut, ergenlerin öfke deneyimlerine verdikleri farklı tepkileri bağımsız olarak ölçmektedir. Bu yapı, öfkenin sadece bir duygu olarak değil, aynı zamanda bilişsel ve davranışsal stratejilerle yönetilen karmaşık bir süreç olarak ele alınması sağlanmaktadır.

Geçerlik

EÖDÖ'nün yapısal geçerlik çalışmaları, ölçeğin ölçmeyi amaçladığı teorik yapıyı ne ölçüde temsil ettiğini göstermiştir. Yapılan analizlerde, ölçeği oluşturan 18 maddenin toplam varyansın önemli bir kısmını, yani **%50.17**'sini açıkladığı tespit edilmiştir. Bu oran, ölçeğin yapısal yeterliliğini destekleyen güçlü bir kanıttır.

Yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları, EÖDÖ'nün teorik olarak beklenen **üç faktörlü yapıya** sahip olduğunu kesinleştirmiştir. Modelin uyum değerleri incelendiğinde, bu üç faktörlü modelin veri ile yeterli düzeyde uyumlu olduğu görülmüştür, bu da ölçeğin yapısal geçerliliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

Güvenirlik

Ölçeğin iç tutarlılığı, alt boyutlar bazında hesaplanan Cronbach alfa katsayısı ile değerlendirilmiştir. Elde edilen değerler, EÖDÖ'nün yüksek düzeyde içsel tutarlılığa sahip olduğunu kanıtlamaktadır:

Çıksal Çıksal Olmayan Öfke Düzenleme Alt Boyutu için: **0.77**

Çıksal Öfke Düzenleme Alt Boyutu için: **0.78**

Dışsal Çıksal Olmayan Öfke Düzenleme Alt Boyutu için: **0.76**

Ölçeğin zaman içindeki kararlılığını ölçmek amacıyla 97 öğrenciye iki hafta arayla uygulanan test-tekrar test güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bu analizler sonucunda elde edilen korelasyon katsayıları da ölçeğin kararlılığını desteklemektedir:

Çıksal Çıksal Olmayan Öfke Düzenleme için: **r = 0.74**

Dışsal Çıksal Olmayan Öfke Düzenleme için: **r = 0.62**

Çıksal Öfke Düzenleme için: **r = 0.62**

Faktör Analizi

EÖDÖ'nün yapısal sağlamlığı, doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. DFA, ölçeğin 18 madde üzerinden üç farklı boyutu (Çıksal, Çıksal Çıksal Olmayan ve Dışsal Çıksal Olmayan Öfke Düzenleme) ölçtüğünü doğrulamıştır.

Analiz sonuçları, modelin veri ile uyumunun yeterli düzeyde olduğunu göstermiş ve bu üç faktörün

toplam varyansın %50.17'sini açıkladığını ortaya koymuştur. Bu bulgular, ölçeğin çok boyutlu yapısının sağlam ve ölçülmek istenen teorik yapıya uygun olduğunu göstermektedir.

Araç

Test Type: Geliştirme Ölçeği (Development Scale)

Format: 18 maddelik öz bildirim ölçeği.

Language Available: Türkçe

Population Group: Ergenler (Adolescents)

Age Group: Ergenlik dönemi ( renci popülasyonu).

Population Details: Ölçek, ortaokul ve lise düzeyindeki  renciler üzerinde standardize edilmiştir.

Test Methodology: 4'l  Likert tipi derecelendirme sistemi kullanılmaktadır (1: **asla**, 4: **her zaman**).

Anahtar Kelimeler

Öfke yönetimi, psikometrik araçlar, içsel öfke, d  sal  fke, Cronbach alfa, Likert  l e i, ergenlik.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi tir.

Affiliation Email addresses: maliyildiz@adiyaman.edu.tr

Correspondence Address: Mehmet Ali Y ld z, Adıyaman  niversitesi.

 zinler, ücret ve Test Y li

Test Y li: 2016 ( l e in yayımlandığı y li).

 zinler: Ölçeğin kullanımı ve izinleri için sorumlu yazar Mehmet Ali Y ld z (maliyildiz@adiyaman.edu.tr) ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

 cret:  cret bilgisi kaynakta belirtilmemiştir. Akademik araştırmalar için genellikle ücretsizdir, ancak yazar izni zorunludur.

Kaynaklar

Yıldız, M. A. (2016). Development of Anger Regulation Scale for Adolescents (ARS-A): Validity and reliability studies. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 29(3), 247-258. doi: 10.5350/DAJPN2016290306

Makalenin orijinal bağlantısı şu adresten erişilebilir: dusunenadamdergisi.org

Ölçeğin orijinal PDF dosyası buradadır: ergenler-icin-ofke-duzenleme-olcegi-toad.pdf

Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği Maddeleri

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

Ölçeğin maddeleri, orijinal kaynakta yer alan metin içeriğinde doğrudan listelenmemiştir. Maddelere ulaşmak için yazarın 2016 tarihli makalesine başvurulması gerekmektedir.