

Etkili ?li?kiler ?çin Davran??sal Öz-Düzenleme Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Etkili ?li?kiler ?çin Davran??sal Öz-Düzenleme Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21417>

Özet

Etkili İlişkiler İçin Davranışsal Öz-Düzenleme Ölçeği (EİDÖ) adaptasyonu, bireylerin ilişkiler arası ilişkilerde sergiledikleri davranışsal Öz-Düzenleme kapasitesini ölçmek amacıyla geliştirilmiş olan orijinal bir araç'ın Türkçe kültürüne kazandırılması amaçlanmıştır. Bu ölçek, bireyin sosyal etkileşimlerdeki hedeflerine ulaşmak için davranışları'nı ne ölçüde izleyebildiğini, yönetebildiğini ve deyişirebildiğini de'eriendirmeye odaklanır. Uyarlama çalışması, ölçeğin Türkçe konuşan popülasyonlarda geçerli ve güvenilir bir Psikometri araç'ı olarak kullanılabileceğini göstermeyi amaçlamıştır.

Ölçek, özellikle psikolojik danışma ve rehberlik alanlarında, bireylerin ilişkileri yeterliliğini ve sosyal becerilerini de'eriendirme süreçlerine önemli bir katkı sağlamaktadır. Uyarlama çalışması 2019 yılında D. Genç ve Ç. Yavuz-Güler tarafından tamamlanmıştır.

Anahtar Kelimeler

Öz-Düzenleme, Davranışsal Kontrol, İlişki Yeterliliği, Sosyal Beceriler, Uyarlama, Psikometri, İlişkiler arası ilişkiler.

Yazarlar

Derya Genç, Çiğdem Yavuz Güler

Amaç

Etkili İlişkiler İçin Davranışsal Öz-Düzenleme Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin sosyal ve ilişkiler arası bağlamlarda etkili ilişkiler kurma ve sürdürme yeteneğini destekleyen davranışsal öz-düzenleme süreçlerini tespit etmektir. Bu süreçler, bireyin çatışma yönetimi, empati kurma, tepkilerini kontrol etme ve sosyal hedeflere yönelik eylemlerini planlama becerilerini içerir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması, Türk kültüründeki bireylerin davranışsal öz-düzenleme düzeylerini kültürel açıdan geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçme ihtiyacı'nı karşılamıştır. Böylece, ilgili alanlarda (örneğin, evlilik danışmanlığı, okul rehberlik hizmetleri) tanrı ve müdahale programları'nın geliştirilmesine bilimsel bir temel sunulmuştur.

Yapı

Ölçek, psikolojideki temel yapı taşları'ndan biri olan Davranışsal Öz-Düzenleme (Behavioral Self-Regulation) yapısı'nı ölçmektedir. Bu yapı, bilişsel süreçlerin, duygusal tepkilerin ve davranışsal eylemlerin bir birey tarafından amaçlı bir şekilde yönlendirilmesi ve kontrol edilmesi yeteneğini ifade eder. Özellikle ilişkisel bağlamda, bu yapı, bireyin dürtüsel davranışları'nı baskılama, uzun

vadeli ilişkilerde hedeflerini göz önünde bulundurarak anlık tepkileri ayarlama ve kararlarda esneklik gösterme kapasitesini içerir.

Etkili İlişkiler İçin Davranışsal Öz-Düzenleme, genellikle birden fazla alt boyutta ele alınır. Bu alt boyutlar arasında hedef belirleme, eylem planlama, kendini izleme (self-monitoring) ve sonuçları değerlendirerek gelecekteki davranışları ayarlama gibi bileşenler yer alabilir. Ölçek, bu bileşenlerin ilişkisi üzerindeki etkisini değerlendirir.

Geçerlik

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında (Genç ve Yavuz-Güler, 2019), yapısal geçerliliğin sağlanmasına büyük önem verilmiştir. Orijinal ölçeğin teorik yapısını Türk örnekleminde test etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yöntemleri kullanılmıştır. Bu analizler, ölçek maddelerinin, ölçmeyi amaçladığı teorik alt boyutlarla tutarlı bir şekilde yüklendiğini ortaya koymuştur.

Ayrıca, ölçeğin diğer ilgili psikolojik yapılarla olan ilişkileri incelenerek ölçüt bağımlı geçerlik çalışmaları da yapılmıştır. Örneğin, öz-düzenleme ile pozitif korelasyon göstermesi beklenen ilişkisi memnuniyeti veya sosyal yeterlilik gibi yapılarla anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir, bu da ölçeğin beklenen teorik çerçevede çalıştığını desteklemektedir.

Güvenirlilik

Etkili İlişkiler İçin Davranışsal Öz-Düzenleme Ölçeği'nin Türkçe formunun iç tutarlılık Güvenirlilik katsayıları (Cronbach Alfa değerleri) incelenmiştir. Uyarlama çalışmasında elde edilen bu katsayılar, ölçek maddelerinin homojen olduğunu ve aynı yapıyı ölçme konusunda yüksek düzeyde tutarlılık sergilediğini göstermiştir. Yüksek iç tutarlılık değerleri, ölçeğin ölçüm hatasından düşük olduğunu ve bireylerin gerçek öz-düzenleme düzeylerini doğru bir şekilde yansıttığını göstermektedir.

Güvenirlilik çalışmaları arasında bir diğer bileşeni olan test-tekrar test güvenilirliği de incelenmiştir olabilir (bu bilgi orijinal kaynakta belirtilmemiştir ancak standart bir uyarlama prosedürüdür). Bu tür bir analiz, ölçeğin zaman içinde kararlı ölçümler yapma yeteneğini değerlendirir ve ölçek puanlarının zamansal tutarlılığını doğrular.

Faktör Analizi

Uyarlama sürecinde, ölçeğin faktör yapısını belirlemek ve Türkçe formunun orijinal yapıyla eşleştirmesini sağlamak esastır. Bu amaçla kullanılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA), ölçeğin teorik olarak varsayılan faktör yapısını (muhtemelen tek faktörlü veya birkaç alt boyuttan oluşan bir yapı) Türk kültürüne ait verilerle ne kadar uyumlu olduğunu test etmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, model uyum indekslerinin (örneğin, CFI, TLI, RMSEA) kabul edilebilir veya iyi düzeyde oldu?u rapor edilmi? ve bu durum, Etkili ?li?kiler ?çin Davran??sal Öz-Düzenleme Ölçe?i'nin Türkçe formunun yap?sal olarak geçerli oldu?unu göstermi?tir. Bu, ölçe?in orijinal yap?yı korudu?u anlamına gelir.

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Likert Tipi Derecelendirme Ölçe?i (Orijinal ölçe?in formatına ba?lı olarak, genellikle 5 veya 7 noktalı Likert tipi bir yanıt sistemi kullanılır.)

Language Available: Türkçe

Population Group: Yeti?kinler, Üniversite Öğrencileri

Age Group: Genç Yeti?kinlik ve sonrası

Population Details: Uyarlama çalışması genellikle üniversite öğrencileri veya genel yeti?kin popülasyonu üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Methodology: Bireyin kendi davran??sal düzenleme becerilerini raporlamasına dayanan öz-bildirim (self-report) ölçe?i.

Anahtar Kelimeler

Öz-Düzenleme Kapasitesi, ?li?ki Kalitesi, Sosyal Problem Çözme, Davran??sal Kontrol, Derecelendirme Ölçe?i, Psikolojik Danışma, Geçerlik ve Güvenirlik.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?

Affiliation Email addresses: cigdemyavuzguler@gmail.com (Sorumlu Yazar İletişim)

Correspondence Address: Çiğdem Yavuz Güler

?zinler, Ücretler ve Test Yılı?

Ölçe?in orijinal geli?tiricileri tarafından belirlenen kullanım izinleri ve telif hakları geçerlidir. Türkçe uyarlamasının bilimsel çalışmalarda kullanımı genellikle yazarın iznine tabidir. Sorumlu yazar ile iletişim bilgisi yukarıda sağlanmıştır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması **2019** yılında yayımlanmıştır.

Ölçeğin orijinal PDF dosyası aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir: [etkili-iliskiler-icin-davranissal-oz-duzenleme-olcegi-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Genç, D. ve Yavuz-Güler, Ç. (2019). Etkili ilişkiler için Davranışsal Öz-Düzenleme Ölçeği'ni Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(55), 1085-1109.

Makalenin tam metnine aşağıdaki bağlantıdan ulaşılabilir: turkpdrdergisi.com

Etkili İlişkiler İçin Davranışsal Öz-Düzenleme Ölçeği Maddeleri

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

Ölçek maddeleri, telif hakları nedeniyle bu akademik girişte açıkça listelenmemektedir. Maddelere erişim için yukarıda belirtilen kaynak makaleye başvurulması gerekmektedir.