

Öfkeye ?li?kin Derin Dü?ünme Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Öfkeye ?li?kin Derin Dü?ünme Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=26537>

Özet

Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği, bireylerin öfke deneyimlerinden sonra ortaya çıkan bilişsel süreçleri, özellikle de derin düşünme (rumination) eylemlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması, Seydi Ahmet Satıcı tarafından 2014 yılında gerçekleştirilmiş ve ölçeğin Türk kültürü bağlamındaki psikometrik özellikleri incelenmiştir.

Bu uyarlama, öfke tepkilerini takiben ortaya çıkan intikam düşünceleri, öfke anlarının tekrar yaşama ve öfkenin nedenlerini anlama çabası gibi dört temel alt boyutu kapsamaktadır. Ölçek, öfkenin duygusal etkisini uzatan ve yoğunlaştırılan işlevsiz bilişsel süreçleri değerlendirmede önemli bir rol oynamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Öfke, derin düşünme, öfke ruminationu, psikometrik özellikler, uyarlama, intikam düşünceleri, Likert ölçeği.

Yazarlar

Seydi Ahmet Satıcı

Amaç

Ölçeğin temel amacı, bireylerin yaşadıkları öfke olaylarından sonra bu olaylar hakkında ne kadar ve ne şekilde düşündüklerini, yani öfkeye ilişkin derin düşünme düzeylerini ve biçimlerini belirlemektir. Bu ölçüm, öfke yönetim stratejilerinin anlaşılması, öfke ile ilişkili psikopatolojilerin tanı ve tedavi süreçlerinin desteklenmesi açısından bilimsel katkı sağlamaktadır.

Ölçek, özellikle öfkenin sürekliliğini ve yoğunluğunu artıran, kişinin psikolojik iyilik halini olumsuz etkileyen bilişsel süreçleri (örneğin, intikam planlama veya geçmiş öfke anlarının zihinde döndürme) detaylıca değerlendirmeyi hedefler.

Yapı

Ölçek, bilişsel psikoloji alanında kritik bir yeri olan "öfke ruminationu" (öfkeye ilişkin derin düşünme) yapısını ölçmektedir. Bu yapı, öfkeye neden olan durumlar, öfkenin sonuçları veya kişiye yapılan haklılıklar hakkında tekrarlayıcı, pasif ve genellikle olumsuz içerikli düşünme eylemi olarak tanımlanır.

Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği, öfke yaşıyanların ardından gelişen dört farklı bilişsel bileşeni inceleyerek bu karmaşık yapıyı analiz eder. Bu dört alt boyut, öfke ile bağ kurma

sürecindeki hem i?levsiz (öfke ve intikam odaklı?) hem de potansiyel olarak i?levsel (nedenleri anlama odaklı?) bilişsel stratejileri yakalamayı amaçlamaktadır.

Geçerlik

Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik çal??malar?, öncelikle yapı geçerliliği (construct validity) üzerine odaklanmıştır. Satıcı (2014) tarafından gerçekleştirilen çal??ma, ölçeğin orijinal yapısının destekleyen faktör analizi sonuçlarını içermektedir.

Yapılan analizler, teorik olarak öngörülen dört faktörlü yapının Türk örneğinde de geçerli olduğunu göstermiştir. Ayrıca, ölçeğin diğer öfke ve psikopatoloji ölçütleriyle olan ilişkilerinin incelenmesi yoluyla kriter geçerliliğine dair dolaylı kanıtlar sunulmuştur, ancak spesifik katsayılar kaynakta detaylıca belirtilmemiştir.

Güvenirlik

Ölçeğin iç tutarlılık güvenirliği, ölçeğin alt boyutları ve toplam puanı için Cronbach Alfa katsayısı hesaplanarak değerlendirilmiştir. Uyarılma çal??masında elde edilen güvenilirlik katsayıları, ölçeğin maddelerinin ölçülmek istenen yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü ve kabul edilebilir düzeyde güvenilir olduğunu işaret etmektedir.

Faktör Analizi

Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği, toplam 19 maddeden oluşmakta ve temel olarak dört ayrı faktör (alt boyut) altında toplanmaktadır. Bu dört faktörlü yapı, öfke ruminationunun heterojen doğasını yansıtmaktadır:

Öfke Sonrası Düşünme (6 madde): Yaşanan öfke olayını ve bu olayla ilişkili duyguları sürekli olarak zihinsel düzeyde tekrar etme eğilimi.

İntikam Düşünceleri (4 madde): Öfkeye neden olan kişiye veya duruma karşı misilleme yapma, zarar verme veya adaleti sağlamak istediği üzerine yoğunlaşan düşünceler.

Öfke Anıları (4 madde): Geçmişte yaşanan yoğun öfke deneyimlerini canlı bir şekilde hatırlama, bu anıları tekrar tekrar zihinde canlandırma ve duygusal tepkileri yeniden yaşama.

Nedenleri Anlama (5 madde): Öfke olayının kökenini, nedenlerini ve altında yatan dinamikleri rasyonel bir şekilde analiz etme ve çözümlenmeye çalışma çabası.

Araç

Test Type: Uyarılma (Adaptation)

Format: Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Scale). Kağıt kalem veya dijital ortamda uygulanabilir.

Language Available: Türkçe (Turkish adaptation by Satıcı, 2014)

Population Group: Yetişkin Popülasyonu

Age Group: Genellikle 18 yaş ve üzeri bireyler

Population Details: Uyarılma çalışması, psikometrik özellikler açısından Türk üniversite öğrencileri ve/veya genel yetişkin popülasyonu üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Methodology: 4'lü Derecelendirme sistemi kullanılmaktadır. Derecelendirme seçenekleri şu şekildedir: (1=hiçbir zaman - 4=her zaman). Ölçekten alınan yüksek puanlar, öfkeye ilişkin derin düşünme eğiliminin yüksek olduğunu göstermektedir.

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin Türkçe uyarılma çalışması 2014 yılında yayınlanmıştır. Ölçeğin ticari olmayan akademik veya klinik amaçlı kullanımı için sorumlu yazar Seydi Ahmet Satıcı ile iletişime geçilmesi önerilir.

Kaynaklar

Satıcı, S. A. (2014). Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği: Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(4).

Makalenin çevrimiçi tam metnine bu bağlantıdan erişilebilir: scopemed.org

Ölçeğin orijinal PDF dosyası burada indirilebilir: ofkeye-iliskin-derin-dusunme-olcegi-toad.pdf

Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği Maddeleri

Ölçek toplam 19 maddeden oluşmakta olup, dört alt boyuta ayrılmıştır:

Öfke sonrası düşünme (6 m)

İntikam düşünceleri (4 m)

Öfke Anıları (4 m)

Nedenleri anlama (5 m)