

# Otomatik D ?ünceler  l e?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Otomatik D ?ünceler  l e?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=28616>

##  z

Otomatik D  nceler  l e?i (OD -30), bireylerin ya?ad??? **otomatik d  ncelerin** yo?unlu?unu ve s?kl???n?  l mek amac?yla geli?tirilm? bir psikometrik ara t?r. Bu  l ek, özellikle **depresyon** ile ili?kili olumsuz bili?sel içerikleri de?erlendirmeye odaklanm??t?r. Türkiye'deki uyarlamas? G l Ayd?n ve Oya Ayd?n taraf?ndan 1990 y?l?nda gerçekle?tirilm?tir. Ölçek, tek bir faktör alt?nda toplanan 30 maddeden olu?makta ve be?li **Likert  l e?i** kullan?larak puanlanmaktadır.

## Anahtar Kelimeler

Otomatik D  nceler, Depresyon, Bili?sel Terapi, Psikometrik  zellikler, Geçerlik, Güvenirlik, Uyarlama.

## Yazarlar

G l Ayd?n, Oya Ayd?n

## Amaç

Otomatik D  nceler  l e?i'nin temel amac?, bireylerin günlük ya?amlar?nda spontane olarak ortaya  ?kan ve genellikle olumsuz duygulan?mlarla ili?kili olan **otomatik d  ncelerin** s?kl???n? ve ?iddetini sistematik olarak ölçmektir. Bu araç, özellikle bili?sel davran?? ? terapi (BDT)  er evesinde, depresif semptomlar?n bili?sel bile?enini nicel hale getirmek için tasarlanm??t?r.

 l e?in Türkçeye **uyarlanmas?**, Türkiye popülasyonunda depresyonla ili?kili bili?sel çarp?tmalar?n güvenilir ve geçerli bir ?ekilde de?erlendirilmesini sa?lamak amac?yla yap?lm??t?r. Bu sayede, klinik ve ara?t?rma ortamlar?nda depresyonun bili?sel modeline uygun müdahalelerin etkinli?i izlenebilir hale gelmi?tir.

## Yap?

Otomatik D  nceler  l e?i (OD -30), depresyonla ili?kili olumsuz otomatik d  nce içeri?ini ölçen tek boyutlu bir yap?ya sahiptir. Orijinal ölçekten uyarlanan bu form, toplam 30 maddeden olu?maktadır. Her madde, kat?l?mc?n?n belirli bir olumsuz d  nceyi ne s?kl?kla deneyimledi?ini sorgular.

 l e?in  l t ?  temel yap?, "Depresyonla ?li?kili Olan Olumsuz Otomatik D  nceler Boyutu" olarak tan?mlanm??t?r. Yüksek puanlar, bireyin bili?sel yap?s?nda depresif e?ilimleri destekleyen yo?un ve s?k otomatik d  ncelerin bulundu?unu i?aret ederken, d  k puanlar bu tür d  ncelerin daha az s?kl?kta veya yo?unlukta oldu?unu gösterir. Derecelendirme 5'li **Likert** format?ndad?r (1= hiç - 5= her zaman).

## Geçerlik

 l e?in **geçerlik**  al??malar?, yap? geçerli?i ve uyum geçerli?i (criterion validity) yöntemleri kullan?larak incelenmi?tir. Yap? geçerli?i, bilinen gruplar?n (hasta grubu ve kontrol grubu) puanlar?n?n kar??la?t?r?lmas? tekni?i ile s?nanm??t?r, bu da  l e?in beklenen teorik yap?y?  l t ? n  göstermeyi ama lam??t?r.

Uyum geçerli?ini de?erlendirmek amac?yla, hasta grubundan al?nan OD -30 puanlar?,  l t  olarak kabul edilen **Beck Depresyon Envanteri** (BDE) ve çok Yönlü Depresyon Envanteri'nden ( YDE) al?nan puanlarla kar??la?t?r?lm??t?r. OD -30 ve BDE puanlar? aras?nda hesaplanan Pearson momentler çarp?m? **korelasyon katsay?s?** 0.70 olarak bulunmu?tur. Bu yüksek korelasyon de?eri ( $\alpha = 0.001$  düzeyinde anlaml?),  l e?in depresyon ?iddetini ölçen di?er standart araçlarla yüksek derecede uyumlu oldu?unu kan?tlamaktad?r.

## Güvenirlik

Otomatik D  nceler  l e?i'nin **güvenirli?i**, içtutarlık ve puan de?i?mezli?i a ?lar?ndan analiz edilmi?tir. ? tutarlık analizi, depresif tan?s? alm?? deneklerin OD -30 maddelerine verdikleri cevaplar üzerinden **Cronbach-Alfa katsay?s?** hesaplanarak yap?lm??t?r.

 l e?in tümü için elde edilen içtutarlık katsay?s? de?eri 0.95'tir. Bu de?er, psikometrik a ?dan mükemmelen kabul edilen bir düzeyde olup, ölçek maddelerinin tutarlık bir ?ekilde ayn? yap?y?  l t ? n  ve yüksek bir güvenirli?e sahip oldu?unu göstermektedir.

## Faktör Analizi

Uyarlanan Otomatik D  nceler  l e?i (OD -30), tek faktörlü bir yap? sergilemektedir. Bu tek faktör, "Depresyonla ?li?kili Olan Olumsuz Otomatik D  nceler Boyutu" ad?n? ta??maktad?r ve ölçekteki 30 maddenin tamam?n? kapsamaktad?r.  al??ma,  l e?in depresyonla ili?kili bili?sel içeri?i tek ve g cl  bir bile?en olarak  l t ? n  istatistiksel olarak desteklemektedir.

Tek boyutluluk,  l e?in yap?salsadele?tirmesi a ?s?ndan önemlidir ve klinik uygulamada toplam puan?n do?rudan depresif bili?in ?iddetini temsil etti?ini göstermektedir.

## Araç

**Test Type:** **Uyarlama** (Adaptation)

**Format:**  z bildirim (Self-report)  l e?i, 30 madde.

**Language Available:** Türkçe (Turkish)

**Population Group:** Klinik Popülasyon (Depresif tanımlı hastalar) ve Genel Popülasyon.

**Age Group:** Yetişkin.

**Population Details:** Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları, depresif tanımlı denekler ve kontrol grupları üzerinde yürütülmüştür. Uyum geçerliği için kullanılan gruplarda Beck Depresyon Envanteri ve Çok Yönlü Depresyon Envanteri uygulanmıştır.

**Test Methodology:** 5'li Likert ölçeği (1= hiç - 5= her zaman) kullanılarak bireylerin otomatik düşüncelerin sıklığı değerlendirilmesi esasına dayanır.

## Anahtar Kelimeler

Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ), Bilişsel Çarpıtmalar, Depresif Biliş, Psikometrik Araç, Çıtutarlık, Cronbach-Alfa, Korelasyon, BDT.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilgi mevcut değildir.

**Affiliation Email addresses:** Bilgi mevcut değildir.

**Correspondence Address:** Bilgi mevcut değildir.

## İzinler, Ücret ve Test Yolu

Bu ölçek, 1990 yılında Gül Aydın ve Oya Aydın tarafından Türkçe literatüre kazandırılmıştır. Ölçeğin kullanımıyla ilgili izinler ve ücretlendirme bilgileri için sorumlu yazar Gül Aydın veya ilgili yayın organı olan Psikoloji Dergisi ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Orijinal yayının makalesine aşağıdaki bağlantıdan ulaşılabilir: [turkpsikolojidergisi.com](http://turkpsikolojidergisi.com).

Ölçeğin orijinal PDF dokümanı ise şu adresten indirilebilir: [otomatik-dusunceler-olcegi-toad.pdf](http://otomatik-dusunceler-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Aydın, G., & Aydın, O. (1990). Otomatik düşünceler ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji dergisi*, 7(24), 51-55.

## Otomatik Düşünceler Ölçeği Maddeleri

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

Tek alt boyut. Toplam 30 madde.

Depresyonla ?li?kili Olan Olumsuz Otomatik D  nceler Boyutu (30 m )

ARABPSYCHOLOGY.COM