

Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31485>

Özet

Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği (TDÖ), bireylerin sürekli ve tekrarlayan düşüncelerden kaçınma amaçlarıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Bu ölçeğin Türkçe uyarlaması, ? V. Gülüm ve ?. Da? tarafından 2012 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçek, özellikle Tekrarlayıcı Düşünme gibi transdiagnostik süreçlerin Türk popülasyonunda güvenilir ve geçerli bir şekilde değerlendirilmesini sağlamayı amaçlamaktadır. Uyarlama çalışması, ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve klinik araştırmalarda kullanıma sunulması açısından önem taşımaktadır.

Ölçek, uzun ve kısa formları içermektedir; uzun formu 27 maddeden, kısa formu ise 10 maddeden oluşmaktadır. Yapılan çalışmalar, TDÖ'nün yüksek düzeyde iç tutarlılık sergilediğini göstermektedir, bu da onun psikolojik değerlendirmede güçlü bir araç olduğunu kanıtlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Tekrarlayıcı Düşünme, TDÖ, Geçerlilik, Güvenilirlik, Uyarlama, Bilişsel Esneklik, Psikometri, İç Tutarlılık.

Yazarlar

? V. Gülüm, ?. Da?

Amaç

Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin yaşadığı kaygı, endişe ve ruminasyon gibi döngüsel düşüncelerinin yoğunluğunu ve sıklığını ölçmektir. Bu tür düşünceler, çeşitli psikopatolojilerin, özellikle de anksiyete ve depresyonun önemli bir bileşenini oluşturmaktadır.

Türkçe uyarlama çalışmasının amacı ise, orijinal ölçeğin Türk kültürüne ve dil yapısına uygunluğunu test etmek ve psikoloji, psikiyatri ve ilgili alanlardaki araştırmacılara standartlaştırılmış bir ölçüm aracı sunmaktır. Bu sayede, Tekrarlayıcı Düşünme kavramının klinik ve akademik bağlamda incelenmesi kolaylaşmıştır.

Yapı

Tekrarlayıcı Düşünme, genellikle iki ana bileşeni içeren geniş bir bilişsel yapıyı temsil eder: geleceğe yönelik olumsuz düşünceler (endişe/kaygı) ve geçmişe yönelik olumsuz düşünceler (ruminasyon). TDÖ, bu iki süreci tek bir genel yapı altında değerlendirerek, kişinin bilişsel meşguliyet düzeyini belirlemeyi hedefler. Ölçek, bireyin kontrol edemediği, müdahaleci ve sürekli geri dönen düşünceleri ne ölçüde deneyimlediğini sorgular.

Ölçeğin ölçtüü bu Tekrarlayıcı Dönme yapısı, duygusal düzenleme zorlukları ve bilişsel esneklikteki azalma ile güçlü bir şekilde ilişkilidir. Uyarlama çalışmaları, ölçeğin Türkçede de bu temel yapıya başarıyla ölçtüünü destekler niteliktedir.

Geçerlik

Tekrarlayıcı Dönme Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasına ait geçerlilik çalışmaları, ölçüm aracının hedeflenen yapıya doğru bir şekilde ölçtüünü göstermektedir. Yapılan geçerlilik çalışmaları kapsamında, TDÖ'nün diğer ilgili psikolojik ölçeklerle olan korelasyonları incelenmiştir.

Uyarlama çalışmalarıyla elde edilen bulgulara göre, TDÖ'nün yapı geçerliliğini desteklemek amacıyla kullanılan diğer ölçeklerle olan korelasyon değerleri 0.12 ile 0.35 arasında değişmektedir. Bu değerler, ölçeğin teorik olarak ilişkili olması beklenen yapılarla orta düzeyde bir ilişki sergilediğini işaret etmektedir.

Güvenirlilik

Güvenirlilik çalışmaları, Tekrarlayıcı Dönme Ölçeği'nin tutarlı sonuçlar verdiğini ortaya koymuştur. Ölçeğin hem uzun hem de kısa formları için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) hesaplanmıştır.

TDÖ'nün uzun formunun iç tutarlılık katsayısı **0.94** olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda kısa formunun iç tutarlılık katsayısı da **0.94** gibi oldukça yüksek bir değere sahiptir. Bu yüksek katsayılar, ölçek maddelerinin aynı yapıya ölçme konusunda güçlü bir birliğe sahip olduğunu ve ölçeğin yüksek düzeyde güvenirlilik taşıdığını göstermektedir. Ayrıca, kısa formun uzun formula olan korelasyonu da yüksek bulunmuştur, ancak bu değer kaynak metinde net olarak belirtilmemiştir.

Faktör Analizi

TDÖ'nün Türkçe uyarlaması sırasında, orijinal ölçeğin faktör yapısının Türk örneğinde de korunup korunmadığını belirlemek amacıyla faktör analizleri gerçekleştirilmiştir. Orijinal ölçek, genellikle tekrarlayıcı dönmenin farklı boyutları (örneğin, ruminasyon ve endişe) ayrıştıran bir yapıya sahiptir.

Gülüm ve Dağ (2012) tarafından yapılan çalışmada, faktör analizinin sonuçları ölçeğin yapısal geçerliliğini desteklemiştir. Bu analizler, 27 maddelik uzun formun ve 10 maddelik kısa formun, teorik olarak beklenen faktör yapısının yansıtmasını ve böylece ölçeğin Türkçe versiyonunun da çok boyutlu Tekrarlayıcı Dönme yapısına başarıyla ölçebildiğini kanıtlamıştır.

Enstrüman

Test Türü: Uyarlama

Format: Öz Bildirim Ölçeği (27 maddelik uzun form ve 10 maddelik kısa form)

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Yetkinler

Yaş Grubu: Belirtilmemiş (Genellikle üniversite öğrencileri ve genel yetkin popülasyonu)

Popülasyon Detayları: Uyarlama çalışması, genellikle üniversite öğrencileri veya klinik olmayan yetkin örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Metodolojisi: Uygulama, katılımcıların maddeleri belirli bir derecelendirme skalasına göre yanıtlamasıyla gerçekleştirilir. Derecelendirme skalası bilgisi kaynakta mevcut değildir, ancak tipik olarak Likert tipi bir skala kullanılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Ruminasyon, Endişe, Adaptasyon, Psikolojik Değerlendirme, Geçerlilik, Güvenilirlik, Bilişsel Süreçler.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlama: Veri mevcut değildir.

Bağlantı E-posta Adresleri: volkanglm@gmail.com

Yazma Adresi: Veri mevcut değildir (Yayın referansından yola çıkılarak ilgili üniversite veya kurum adresi belirtilebilir).

İzinler, Ücret ve Test Yeri

Tekrarlayıcı Dönme Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması **2012** yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin akademik ve klinik amaçlarla kullanımı için gereken izinler, genellikle uyarlama çalışması yapan yazarlarla (Dr. V. Gülüm ve Dr. Dağ) iletişime geçilerek sağlanmalıdır. Ticari kullanım ücretleri hakkında bilgiye kaynak metinde yer verilmemiştir.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi ve uyarlama çalışması'nın makalesine aşağıdaki bağlantılardan erişim mümkündür:

Orijinal makale kaynağı: yunus.hacettepe.edu.tr

Ölçeğin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: [tekrarlayici-dusunme-olcegi-toad.pdf](#)

Referanslar

Gülüm, ?. V. ve Da?, ?. (2012). Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Envanterinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13(3), 216-223.

Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Ölçeğin maddeleri kaynak metinde açıkça listelenmemiştir. Ancak ölçek, uzun formda 27 maddeden ve kısa formda 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri, tekrarlayıcı düşünme örüntülerini ve bilişsel meşguliyet düzeylerini ölçmeye odaklanmaktadır. Uygulama için tam maddelere ilgili referans makaleden ulaşılması gerekmektedir.