

ÖZ-KONUŞMA ÖLÇEĞİ TÜRKÇE FORMUNUN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİĞİ

THE VALIDITY AND RELIABILITY OF THE TURKISH VERSION OF THE SELF-TALK SCALE

Ahmet AKIN

Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD, SAKARYA

e-mail: aakin@sakarya.edu.tr

Ramazan ABACI

Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD, SAKARYA

e-mail: rabaci@sakarya.edu.tr

Cem DÖNMEZOĞULLARI

Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD, SAKARYA

ÖZET

Bu araştırmanın amacı Brinthead, Hein ve Kramer (2009) tarafından geliştirilen Öz-konuşma Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizlerini yapmaktır. Araştırmaya Sakarya Üniversitesi'nde öğrenim gören 334 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öncelikle ölçeğin dilsel eşdeğerliği incelenmiş ve dilsel eşdeğerliğe sahip olduğu görüldükten sonra geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı ve doğrulamayı faktör analizinde ölçeğin orijinal formula uyumlu ve 4 alt boyuta sahip olduğu görülmüştür. Bu alt boyutlar; sosyal değerlendirme, öz-pekiştirme, öz-eleştiri ve öz-yönetimdir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .69 ile .79, test-tekrar test güvenirlik katsayıları ise .73 ile .82 arasında sıralanmaktadır. Ayrıca ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .35 ile .68 arasında sıralandığı görülmüştür. Bu sonuçlara göre ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: *Öz-konuşma Ölçeği, geçerlik, güvenirlik, doğrulamayı faktör analizi*

ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the validity and reliability of the Turkish Version of the Self-talk Scale (Brinthead, Hein, & Kramer, 2009). Participants were 334 university students from Sakarya University, Turkey. Results of exploratory and confirmatory factor analyses demonstrated that this scale yielded 4 factors, as original form and that the model was well fit. These

factors were social assessment, self-reinforcement, self-criticism, and self-management. Internal consistency coefficients varied between .69-.79 and test-retest reliability coefficients varied between .73-.82. Corrected item-total correlations ranged .35 to .68. Thus Self-talk Scale can be used as a valid and reliable instrument in education and psychology.

Keywords: *Self-talk, validity, reliability, confirmatory factor analysis*

1. GİRİŞ

Bireyin kendisiyle konuşma deneyimi; tarihsel süreçte filozof ve psikologların sürekli biçimde ilgilerini çeken çalışma alanlarından birisi olagelmıştır (Brinthaupt, Hein, & Kramer, 2009; Fields, 2002; Jaynes, 1976; Lyons, 1986). Bireyin kendisiyle konuşma deneyimini tanımlamak için araştırmacılar çok sayıda kavram öne sürmüştür. Bu kavramlardan bazıları; içsel monolog veya diyalog, özel konuşma, içsel konuşma, öz-konuşma vb.dir. Araştırmacılar sıklıkla bireyin kendisiyle yüksek sesle konuşmasını betimlemek için “özel konuşma”, sessizce konuşmasını betimlemek içinse “içsel konuşma” terimlerini tercih etmiştir.

Öz-konuşma sürecinde dikkate alınması gereken önemli bir nokta, öz-konuşmanın biliş veya bilincin sınırlı bir bölümünü yansıtan basit bir süreç mi (Fields, 2002) yoksa bireyin sosyal ve bireysel yaşamında kritik bir rol oynayan önemli bir süreç mi olduğudur. Psikoloji alanında çalışmalar yapan teorisyen ve pratisyenler (örneğin; Diaz & Berk, 1992; Hardy, 2006; MacKay, 1992), bireyin kendisiyle konuşmasının önemli bilişsel ve öz-düzenleyici işlevler içerdiğini savunmuştur. Şaşırtıcı biçimde, kişilik psikolojisi ve sosyal psikoloji alanında çalışmalar yapan araştırmacılar, öz-konuşma yapısını çok fazla dikkate almamış ve bu kavramla ilgili davranış, düşünce ve duyguları ölçmeye yönelik ölçme araçları geliştirmeyi önemsememiştir. Bunun bir sonucu olarak bireylerin öz-konuşma düzeylerindeki kişilerarası farklılıkları geçerli ve güvenilir biçimde değerlendirebilecek ve öz-konuşmanın davranışsal ve öz-düzenleyici işlevlerini kapsayan tatmin edici bir ölçme aracı bulunmamaktadır (Brinthaupt ve diğerleri, 2009).

Öz-konuşma alanında yapılan sınırlı sayıdaki çalışmalar incelendiğinde, bu araştırmaların önemli bir bölümünün öz-konuşmanın olumsuz etkilerinden söz ettikleri göze çarpmaktadır. Bu araştırmalarda (Hardy, 2006; Kendall & Hollon, 1989; Schwartz & Garamoni, 1989) bireylerin olumsuz öz-konuşmaları, depresyon ve anksiyetenin göstergesi olarak ele alınmış ve içsel konuşmaların duygusal boyutu daha fazla önemsenmiştir. Örneğin, Schwartz ve Garamoni (1989), olumsuz öz-konuşmaların düzeyiyle ilişkili olabilecek çeşitli psikopatolojik durumların varlığından söz etmiştir.

Öz-konuşma; araştırmalarda (örneğin, Bandura, 1986; Baumeister & Heatherton, 1996; Carver & Scheier, 1998; Mischel, Cantor, & Feldman, 1996) yoğun biçimde irdelenen öz-düzenleme sürecinin önemli bir boyutudur (Berk, 1992; Morin, 1993). Bu çalışmalarda bireyin kendini yönetmesi

ve yönlendirmesinin öz-kontrol sürecinde kritik bir rol oynadığı kabul edilmiştir. Mischel ve arkadaşları öz-konuşmanın bireyin davranışlarına rehberlik eden ve amacına ulaşmasını kolaylaştıran bir işlevi bulunduğunu belirtmiştir. Benzer biçimde Carver ve Scheier (1998) öz-konuşmayı, bireyin davranışlarını izlemesine ve duygusal tepkilerini ve hatalı davranışlarını kontrol etmesine yardımcı olan bir süreç olarak ele almıştır.

Öz-konuşma Ölçeği (ÖKÖ; Brinthaup ve diğerleri, 2009). Bu ölçme aracı öz-konuşma eğilimiyle ilişkili olan çeşitli özellikleri değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 16 maddeden ve 5'li Likert ("1" Hiçbir zaman "5" Her zaman) tipi bir derecelendirmeden oluşmaktadır. Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde öncelikle öz-konuşma eğiliminin duygusal, davranışsal ve bilişsel yönlerini değerlendiren 90 maddelik bir madde havuzu oluşturulmuş ancak uzman incelemesi sonucunda ölçekten 36 madde çıkarılmıştır. Kalan 54 madde için yapılan temel bileşenler analizi sonucuna bağlı olarak ölçeğin başlangıç formunda 22 madde kalmış ve ölçeğin faktör yapısı bu maddeler üzerinde belirlenmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın 59.39'unu açıklayan ve dört alt boyuttan oluşan bir ölçme aracı elde edilmiştir. Bu alt boyutlar içerdiği maddelerin özelliklerine uygun biçimde; sosyal değerlendirme (social assessment), öz-pekiştirme (self-reinforcement), öz-eleştiri (self-criticism) ve öz-yönetim (self-criticism) olarak adlandırılmıştır. Sonraki aşamada dört boyutlu modeli doğrulamak amacıyla 22 maddeye doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış ve uyum indeksleri dört maddenin (6, 7, 13 ve 18) birden fazla faktörde yüklü olduğunu ortaya koymuştur. Bu maddelerin ölçekten çıkarılması sonucunda modelin daha iyi uyum verdiği saptanmış ve maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Daha sonra araştırmacılar alt boyutlarda yer alan madde sayılarını eşitlemek amacıyla sosyal değerlendirme alt ölçeğinden iki zayıf maddeyi ölçekten çıkarmış ve sonuçta 16 maddelik ve 4 alt boyutlu bir ölçme aracına ulaşılmıştır. Ölçeğin faktör yükleri sosyal değerlendirme alt ölçeği için .79 ile .90, öz-pekiştirme alt ölçeği için .81 ile .99, öz-eleştiri alt ölçeği için .69 ile .93 ve öz-yönetim alt ölçeği için .64 ile .80 arasında değişmektedir.

ÖKÖ'nün uyum geçerliği için yapılan çalışmada Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, sosyal değerlendirme ($r=-.12$) ve öz-eleştiri ($r=-.26$) alt ölçekleri ile negatif, öz-pekiştirme alt ölçeği ($r=.16$) ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Ayrıca öz-pekiştirme alt ölçeğinin, olumlu otomatik düşüncelerle pozitif ($r=.36$), sosyal değerlendirme ($r=.25$) ve öz-eleştiri ($r=.35$) alt ölçeklerinin ise olumsuz otomatik düşüncelerle pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Brinthaup ve diğerleri (2009) bu sonuçları ölçeğin uyum geçerliğinin kanıtı olarak göstermiştir. ÖKÖ'nün iç tutarlılık güvenirlik katsayıları sosyal değerlendirme alt ölçeği için .82, öz-pekiştirme alt ölçeği için .89, öz-eleştiri alt ölçeği için .83 ve öz-yönetim alt ölçeği için .79 olarak hesaplanmıştır. Üç ay arayla yapılan test-tekrar test güvenirlik katsayıları ise ölçeğin bütünü için .66, sosyal değerlendirme alt ölçeği için .69, öz-pekiştirme alt ölçeği için .50, öz-eleştiri alt ölçeği için .54 ve öz-yönetim alt ölçeği için .62 olarak bulunmuştur. 16 maddeden oluşan bu ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 80 en düşük puan ise 16'dır. Bireyin her bir alt ölçekten elde ettiği puanların yüksek olması bireyin ilgili alt ölçeğin değerlendirdiği

özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca ölçek toplam bir duygusal öz-konuşma puanı da vermektedir. Brinthead ve diğerleri (2009) sosyal değerlendirme ve öz-eleştiri alt ölçeklerinden elde edilen yüksek puanların psikolojik uyumsuzluğun, öz-pekıştırme ve öz-yönetim alt ölçeklerinden elde edilen yüksek puanların ise psikolojik sağlığın bir göstergesi olabileceği yorumunu yapmışlardır.

Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar ÖKÖ'nün geçerlik ve güvenilirliğinin sağlandığını göstermektedir. Bu araştırmanın amacı Brinthead ve diğerleri (2009) tarafından geliştirilen ÖKÖ'yu Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Grubu

Araştırma Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 334 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Öğrencilerin 66'sı okul öncesi öğretmenliği, 31'i sınıf öğretmenliği, 107'si sosyal bilgiler öğretmenliği, 98'i fen bilgisi öğretmenliği ve 32'si psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümlerinde öğrenim görmektedir. Çoğunluğu 17 ile 24 yaş arasında sıralanan ve yaş ortalaması 20.3 olan öğrencilerin 147'si (% 44) erkek ve 187'si (% 56) kız öğrenciden oluşmaktadır. Ayrıca ölçeğin dilsel eşdeğerlik çalışması 85 İngilizce öğretmeni, test-tekrar test çalışması ise 97 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür.

2.2. İşlem

Öz-konuşma Ölçeği'nin uyarlama çalışması için ölçeği geliştiren Thomas Brinthead ile e-mail yoluyla iletişim kurulmuş ve ölçeğin uyarlanabileceğine ilişkin gerekli izin alınmıştır. Daha sonra ölçek İngiliz Dili ve Edebiyatı bölümünde görev yapan üç öğretim üyesi tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Yine aynı öğretim üyeleri elde ettikleri Türkçe formlar üzerinde tartışarak anlam ve gramer açısından gerekli düzeltmeleri yapmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Son aşamada bu form, psikolojik danışma ve rehberlik ve ölçme ve değerlendirme alanında uzman olan iki öğretim üyesine incelenilerek görüşleri doğrultusunda bazı değişiklikler yapılmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına başlamadan önce Öz-konuşma Ölçeği'nin Türkçe formu ile orijinal form arasındaki tutarlılığı belirlemek için dilsel eşdeğerlik çalışması yapılmış ve Türkçe ve İngilizce formların eşdeğer olduğu görüldükten sonra geçerlik ve güvenilirlik analizlerine başlanmıştır.

Bu araştırmada Öz-konuşma Ölçeği'nin geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği incelenmiştir. Öz-konuşma Ölçeği'nin yapı geçerliği için açımlayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Öz-konuşma Ölçeği'nin güvenilirliği iç tutarlık ve test-tekrar test yöntemleriyle, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ile incelenmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 11.5 ve LISREL 8.54 programları kullanılmıştır.

3. BULGULAR

3.1. Dilsel Eşdeğerlik

Öz-konuşma Ölçeği'nin dilsel eşdeğerliğinden elde edilen bulgular, Türkçe ve İngilizce maddeler arasındaki korelasyonların .70 ile .89 arasında sıralandığını göstermiştir. Türkçe ve İngilizce formdan elde edilen alt ölçekler arasındaki korelasyonlar ise sosyal karşılaştırma için .82, öz-pekiştirme için .86, öz-eleştiri için .77, öz-yönetim için .81 ve ölçeğin bütünü için .84 olarak bulunmuştur.

3.2. Yapı Geçerliği

Açımlayıcı faktör analizi. Öz-konuşma Ölçeği'nin yapı geçerliğini incelemek için yapılan AFA'da öncelikle bütün maddeler arasında korelasyon matrisi incelenerek önemli oranda manidar korelasyonların olup olmadığına bakılmış ve faktör analizinin yapılabilmesine uygunluk gösterir nitelikte manidar ilişkilerin olduğu görülmüştür. Daha sonra örneklem uygunluğu (sampling adequacy) ve Barlett Sphericity testleri yapılmıştır. Verilerin faktör analizine uygunluğu için KMO .60'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2004). Bu çalışmada KMO örneklem uygunluk katsayısı .70, Barlett Sphericity testi χ^2 değeri ise 1643.286 ($p < .001$) olarak bulunmuştur.

Brinthaup, Hein ve Kramer (2009) tarafından geliştirilen Öz-konuşma Ölçeği 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu nedenle yapılan AFA'da temel bileşenler tekniği ile oblik döndürme faktör çözümlemesi sonuçları 4 faktörle sınırlandırılmıştır. Yapılan analiz sonucunda toplam varyansın %57.59'unu açıklayan, 16 madde ve 4 alt ölçekten oluşan bir ölçme aracı elde edilmiş ve alt boyutlarda yer alan maddelerin orijinal formdaki maddelerle uyumlu olduğu görülmüştür. Ölçeğin faktör yükleri ve açıkladıkları varyans oranlarına ilişkin bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1: Öz-konuşma Ölçeği Faktör Analizi Bilgileri

Madde No	Sosyal değerlendirme	Öz-pekiştirme	Öz-eleştiri	Öz-yönetim
4	.71			
6	.81			
11	.77			
16	.76			
2		.48		
5		.50		

8	.69			
13	.57			
1		.66		
7		.69		
10		.87		
14		.72		
3			.75	
9			.85	
12			.44	
15			.71	
<hr/>				
Açıklanan				
Top.Var.	24.804	13.958	9.612	9.225
% 67.25				

AFA sonucunda elde edilen birinci alt ölçek sosyal değerlendirmedir. Bu alt ölçek altında toplanan maddeler bireylerin, sosyal anlamda kendilerine yönelik değerlendirmeleriyle ilişkili içsel konuşmalarını ölçen maddeler içermektedir. 4 maddeden oluşan bu alt ölçeğe ait maddelerin faktör yükleri .71 ile .81 arasında değişmekte ve bu alt ölçek toplam varyansın %24.804'ünü açıklamaktadır. “Söylediğim şeylere diğer insanların nasıl tepki verdiğini düşünürken, kendimle konuşurum” maddesi bu alt ölçekte yer alan maddelere örnek olarak gösterilebilir. İkinci alt ölçek olan öz-pekiştirme boyutuna ait maddeler daha çok bireyin kendine yönelik olumlu değerlendirmeleriyle ilişkili içsel konuşmalarını değerlendirmeye yönelik maddeler içermektedir. 4 maddeden oluşan bu faktör altında yer alan maddelerin faktör yükleri .48 ile .69 arasında sıralanmakta ve toplam varyansın %13.958'ini açıklamaktadır. “İyi şeyler yapmak için kendimi teşvik etmek isterken, kendimle konuşurum” maddesi bu alt ölçek için örnek olarak verilebilir.

Üçüncü alt ölçekte yer alan maddeler bireylerin kendilerini eleştirmeleriyle ilişkili içsel konuşmalarına yönelik maddeler içermektedir. Bu alt ölçekte yer alan 4 maddenin faktör yükleri .66 ile .87 arasında değişmekte ve toplam varyansın % 9.612'sini açıklamaktadır. Bu alt ölçeğe örnek bir madde olarak “Yaptığım bir şeyden dolayı utanıyorum derken, kendimle konuşurum” gösterilebilir. Dördüncü alt ölçek, bireylerin kendilerini yönetmeleriyle ilişkili maddeler içermektedir. Toplam varyansın % 9.225'ini açıklayan ve 4 maddeden oluşan bu alt ölçeğe ait maddelerin faktör yükleri .44

ile .85 arasında değişmektedir. Bu alt ölçekteki maddelere örnek olarak “Ne yapmaya ihtiyacım olduğunu kendime hatırlatmak isterken, kendimle konuşurum” verilebilir.

Doğrulamalı faktör analizi. Öz-konuşma Ölçeği'nin yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır. Yapılan DFA'da elde edilen uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ($\chi^2 = 158.67$, $sd = 86$, $p = 0.00$) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA=.050, NFI=.93, CFI=.97, IFI=.97, GFI=.94, AGFI=.91 ve SRMR=.055 olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin iyi uyum verdiğini göstermektedir.

3.3. Güvenirlik

Öz-konuşma Ölçeği'nin iç tutarlık katsayıları sosyal değerlendirme alt ölçeği için .79, öz-pekiştirme alt ölçeği için .69, öz-eleştiri alt ölçeği için .75, öz-yönetim alt ölçeği için .73 ve ölçeğin bütünü için .74 olarak bulunmuştur. Test-tekrar güvenilirlik çalışması için Öz-konuşma Ölçeği'nin Türkçe formu Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 97 üniversite öğrencisine 3 hafta arayla iki kez uygulanmıştır. Bu çalışma sonucunda ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının sosyal değerlendirme alt ölçeği için .78, öz-pekiştirme alt ölçeği için .73, öz-eleştiri alt ölçeği için .74, öz-yönetim alt ölçeği için .82 ve ölçeğin bütünü için .76 olduğu görülmüştür.

3.4. Madde Analizi

Öz-konuşma Ölçeği'nin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .35 ile .68 arasında sıralandığı görülmüştür. Bulgular Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2: Öz-konuşma Ölçeği Düzeltilmiş Madde-toplam Korelasyonları

Madde No	Sosyal değerlendirme	Öz-pekiştirme	Öz-eleştiri	Öz-yönetim
4	.58			
6	.68			
11	.64			
16	.51			
2		.39		
5		.41		
8		.56		

13	.43	
1		.54
7		.50
10		.57
14		.60
3		.63
9		.67
12		.35
15		.60

4. TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı Öz-konuşma Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir. Ölçek uyarlamada son derece önemli olan dilsel eşdeğerlik çalışması için Öz-konuşma Ölçeği'nin İngilizce ve Türkçe form puanları arasındaki korelasyon hesaplanmış ve iki form puanları arasında yüksek düzeyde tutarlılık olduğu görülmüştür. Bu sonuç ölçeğin Türkçeye çevrilme sürecinin başarılı biçimde tamamlandığını göstermesi açısından anlamlıdır. AFA sonucunda toplam varyansın %67'sini açıklayan 4 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Faktörler altında yer alan maddelerin tümü orijinal formdaki faktörlere uygun bir dağılım sergilemiştir. Bu 4 faktör altında yer alan 16 maddenin faktör yükleri .30'un üzerinde olduğu için faktör analizi sonucunda ölçekten hiçbir madde atılmamıştır. Ayrıca DFA için uyum indeksi sınırları göz önüne alındığında modelin iyi düzeyde uyum verdiği ve ölçeğin orijinal faktör yapısının Türkçe formun faktör yapısıyla uyduğu görülmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayılarının yüksek bulunması iç tutarlılığının yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Ölçeğin puan değişmezliği test-tekrar test yöntemiyle incelenmiş ve katsayıların yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmalarda kullanılacak ölçme araçları için öngörülen güvenilirlik düzeyinin .70 olduğu (Tezbaşaran, 1996) dikkate alınır, ölçeğin tüm alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik katsayılarının yeterli olduğu söylenebilir. Ayrıca madde-toplam korelasyonunun yorumlanmasında .30 ve daha yüksek olan maddelerin bireyleri ölçülen özellik bakımından iyi derecede ayırt ettiği (Büyüköztürk, 2004) göz önüne alındığında, madde-toplam korelasyonlarının yeterli olduğu görülmektedir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgular Öz-konuşma Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Ancak ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yürütüldüğü örneklemin üniversite öğrencileriyle sınırlı

olması diğer popülasyonlar üzerinde yapılacak çalışmaların önemli olduğunu göstermektedir. Yine ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek amacıyla öz-konuşma yapısı ile diğer psikolojik yapılar arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar son derece önemlidir. Ölçeğin kullanılacağı ileri araştırmalar ölçme gücüne katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7, 1–15.
- Berk, L. E. (1992). Children's private speech: An overview of theory and the status of research. In R. M. Diaz & L. E. Berk (Eds.), *Private speech: From social interaction to self regulation* (s. 17–53). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Brinthaup, T. M., Hein, M. B., & Kramer, T. E. (2009). The Self-talk Scale: Development, factor analysis, and validation. *Journal of Personality Assessment*, 91(1), 82-92.
- Büyükköztürk, Ş. (2004). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Diaz, R. M., & Berk, L. E. (Eds.). (1992). *Private speech: From social interaction to self-regulation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fields, C. (2002). Why do we talk to ourselves? *Journal of Experimental and Theoretical Artificial Intelligence*, 14, 255–272.
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 81–97.
- Jaynes, J. (1976). *The origin of consciousness in the breakdown of the bicameral mind*. Boston: Houghton Mifflin.
- Kendall, P. C., & Hollon, S. D. (1989). Anxious self-talk: Development of the Anxious Self Statements Questionnaire (ASSQ). *Cognitive Therapy and Research*, 13, 81–93.
- Lyons, W. (1986). *The disappearance of introspection*. Cambridge, MA: MIT Press.
- MacKay, D. G. (1992). Constraints on theories of inner speech. In D. Reisberg (Ed.), *Auditory imagery* (s. 121–149). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mischel, W., Cantor, N., & Feldman, S. (1996). Principles of self-regulation: The nature of willpower and self-control. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (s. 329–360). New York: Guilford.
- Morin, A. (1993). Self-talk and self-awareness: On the nature of the relation. *Journal of Mind and Behavior*, 14, 223–234.

Schwartz, R. M., & Garamoni, G. L. (1989). Cognitive balance and psychopathology: Evaluation of an information processing model of positive and negative states of mind. *Clinical Psychology Review*, 9, 271–294.

Tezbaşaran, A. A. (1996). *Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.