

# Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formunun Türkçe Standardizasyonu, Kaygı ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerle İlişkisi



Psik. Metehan IRAK<sup>1</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Bu araştırmanın ilk amacı, Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formunun (ÜBÖ-ÇE) Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik değerlerinin çocuklarda ve ergenlerde belirlenmesi amacını taşımaktadır. Çalışmanın ikinci amacı ise çocuklardaki üstbilişsel süreçlerin kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisini incelemektir.

**Yöntem:** Araştırmanın örneklemini 2009-2010 öğrenim yılı döneminde İstanbul'daki 71 farklı okula devam eden 470 temel eğitim ve lise öğrencisi (205 kız, 265 erkek) oluşturmuştur. ÜBÖ-ÇE ile birlikte, Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri (DSKE-Ç) ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi (MOKSL) uygulanmıştır.

**Bulgular:** Test-tekrar test güvenilirliği analizi sonuçları ÜBÖ-ÇE'nin Türkiye örneklemini için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu, Cronbach Alfa korelasyon analizi ölçeğin iç geçerliliğinin yüksek olduğunu göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen sonuçlar ölçeğin orijinal formundaki gibi dört faktöre sahip olduğu yönündeki modelin geçerli olduğunu göstermiştir. ÜBÖ-ÇE'nin alt faktörleri ile DSKE-Ç ve MOKSL arasında elde edilen anlamlı ilişkiler ÜBÖ-ÇE'nin yeterli düzeyde yakınsak geçerliliği olduğuna işaret etmiştir. Analizler yaşın yalnızca olumlu üst endişeler alt ölçeği üzerindeki etkisinin, buna karşın cinsiyetin olumsuz üst endişeler ve toplam puan üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir.

**Sonuç:** Bulgular ÜBÖ-ÇE'nin Türkiye örnekleminde üstbiliş değerlendirmek için yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Üstbiliş, ÜBÖ-ÇE, kaygı, obsesyon, kompulsiyon

## SUMMARY

### Standardization of Turkish Form of Metacognition Questionnaire for Children and Adolescents: The Relationships with Anxiety and Obsessive-Compulsive Symptoms

**Objective:** There were two aims of the present study. The first aim was to evaluate the psychometric properties of the Metacognition Questionnaire for Children and Adolescents (MCQ-C) among Turkish children and adolescents. The second aim was to analyze relationships between metacognitive processes, anxiety, and obsessive-compulsive symptoms among Turkish children and adolescents.

**Method:** Four hundred and seventy primary and high school students (205 female, 265 male) from 71 different public schools in Istanbul participated in the study. Three questionnaires were used. In addition to MCQ-C, State-Trait Anxiety Scale for Children and Maudsley Obsessive-Compulsive Inventory were administered in the study.

**Results:** The Turkish form of MCQ-C showed acceptable to good test-retest reliability and good internal consistency and convergent validity. Construct validity was evaluated by confirmatory factor analysis using AMOS. The fit indices of confirmatory factor analysis suggested an acceptable fit to a four-factor model consistent with the original MCQ-C. Significant positive correlations between subscales of MCQ-C and measures of anxiety and obsessive-compulsive symptoms provided further support for the convergent validity of the Turkish form of MCQ-C. Group comparisons showed that the effect of age was significant on the MCQ-C positive meta-worry subscale only; on the other hand, effect of gender was significant on MCQ-C negative meta-worry subscale and total score.

**Conclusion:** The psychometric properties of Turkish form of MCQ-C showed that the instrument is a valuable addition to the assessment of metacognition for Turkish children and adolescents.

**Key Words:** Metacognition, MCQ-C, anxiety, obsession, compulsion

**Geliş Tarihi:** 02.03.2011 - **Kabul Tarihi:** 14.06.2011

*Teşekkür:* Ölçeğin çevirisindeki katkılarından dolayı Y. Eradam, H.Ö. Tüzün, S. Karakelle, Ç. Dürü, H.Ş. Özusta, İ.A. Dikmeer ve Z. Tüzün'e; ölçeğin uygulamalarını gerçekleştiren Bahçeşehir Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğrencilerine ve uygulamalar konusunda gerekli kolaylıkları sağlayan okul idarecileri ve sınıf öğretmenlerine teşekkür ederim.

<sup>1</sup>Psik. Doç., Psikoloji Bl., Bahçeşehir Üniv. İstanbul.

Psik. Metehan Irak, e-posta: metehan.irak@bahcesehir.edu.tr

doi : 10.5080 / u6604

## GİRİŞ

Biliş (cognition), çok sayıda ve farklı zihinsel yapı, süreç ve işlevin bir araya gelerek oluşturduğu bir üst işlem mekanizması olarak ifade edilebilir (Lieberman 1994). Crick (2000)'e göre bu üst mekanizma, tıpkı kimyasal elementler arasındaki ilişkilerde olduğu gibi, çeşitli öğelerden oluşmakta ancak kendisini oluşturan öğelerin özelliklerinden ayrı özellikler taşımaktadır. Biliş kavramına göre daha yeni bir kavram olan üstbiliş (metacognition) son yıllarda üzerinde oldukça fazla sayıda araştırma yapılan bir konudur. Üstbiliş kavramı, bilişleri kontrol eden, düzenleyen ve değerlendiren üst düzey bilişsel yapılar ve süreçler olarak tanımlanabilir. Üstbiliş, kişinin kendi zihnindeki olayların ve işlevlerin farkında olmasını, zihin olaylarını ve işlevlerini amaçlı yönlendirebilmesini içeren bir üst sistemdir (Crick 2000, Dienes ve Perner 1999). Diğer bir ifadeyle, kişinin ne bildiği hakkındaki bilgisi, ne düşündüğü hakkındaki düşüncesi veya kendi bilişsel süreci üzerine çevrilmiş gözüdür (Tosun ve Irak 2008).

Psikolojik bozukluklardaki bazı işlevsel olmayan düşünce ve başa çıkma tarzlarına üstbilişsel bir takım işlevlerin yol açtığı ileri sürülmektedir (Cartwright-Hatton ve Wells 1997). Bu yaklaşıma göre, kişiler işlevsel olmayan bilişleri hakkında bir takım olumlu ve olumsuz inançlara (üstbilişlere) sahiptirler. Bunlar da kişinin uyuma yönelik olmayan tepki tarzları geliştirmelerine yol açmaktadır (Cartwright-Hatton ve Wells 1997, Gwilliam ve ark. 2004).

Son yıllarda psikolojik sorunlarla ilgili üstbilişsel modelleri araştıran araştırmaların sayısındaki artış göze çarpmaktadır. Bunlar arasında yaygın kaygı bozukluğu (Wells 2005), obsesif-kompulsif bozukluk (OKB; Fisher ve Wells 2005, Myers ve Wells 2004, Wells ve Papageorgiou 1998), travma sonrası stres bozukluğu (Holeva ve ark. 2001), psikozlar (Bacon ve ark. 2001, Morrison ve Wells 2003, Weiss ve ark. 2002), depresyon (Papageorgiou ve Wells 2003) ve madde kötüye kullanımında (Toneatto 1999) üstbilişin rolünü araştıran çalışmalar üstbilişin bu sorunlarda önemli bir rolü olduğunu göstermektedir. Ek olarak özellikle kaygı bozukluklarında üstbilişin rolünü açıklamaya yönelik üstbilişsel modeller geliştirilmiştir. Örneğin, OKB'nin bu yaklaşıma dayanan üstbilişsel modeline göre, kişiler bazı girici tarzdaki düşüncelerinin önemine ve etkilerine yönelik olumsuz inançlara sahiptirler. Örneğin, "olumsuzluklara karşı hazır olmak için daima endişe içinde olmalıyım" ya da "çocuğuma zarar vereceğim diye düşünüyorsam, bu ona zarar vereceğimi gösterir" gibi. Uygun olmayan bu üstbilişler kişiyi bir takım nötrleştirici ve kontrol edici (checking) türden yineleyen davranışlara yönelebilir. Örneğin, "eğer o davranışı yapmazsam, bu duygu artar ve çıldırabilirim" ya da "bu davranışı tekrar tekrar yapmazsam o düşüncem gerçekleşir ve başıma kötü bir şey gelir" gibi. Bu durum kişilerin tehdit hakkındaki değerlendirmelerinin kalıcı hale gelmesine ve belleklerine olan güvenlerinin azalmasına

yol açar (Mather ve Cartwright-Hatton 2004, Wells 2005).

Üstbiliş ülkemizde yeni yeni araştırılan bir konudur. Deneysel çalışmaların yanısıra (örneğin, Irak 2005, Peynircioğlu ve Tekcan 2000, Tekcan ve Aktürk 2001, Yalçın ve Karakaş 2008), üstbilişin psikolojik sorunlarla olan ilişkisini inceleyen çalışmalar da (örneğin Irak ve Tosun 2008, Tosun ve Irak 2008) mevcuttur. Üstbilişsel süreçleri ölçmede kullanılan ölçeklerden biri olan Üstbiliş Ölçeği-30'un ülkemiz için geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından biri Tosun ve Irak (2008) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde tamamlanmış ve ölçeğin yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin Türkçe formu orijinal formuyla aynı faktör yapısına sahip olduğu bulunmuştur. Bu faktörler: (1) olumlu inançlar, (2) bilişsel güven, (3) kontrol edilemezlik ve tehlike, (4) bilişsel farkındalık ve (5) kontrol ihtiyacıdır. Ancak sözü edilen üstbilişsel süreçleri ölçmede kullanılan bu ölçme aracının çocuklar için Türkçe formu bulunmamaktadır. Bu doğrultuda mevcut çalışmanın ilk amacı Üstbiliş Ölçeği Çocuk Formu'nun Türkçe standardizasyonunu ve geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapmaktır. Çalışmanın ikinci amacı ise, yetişkin formunda olduğu gibi çocuklardaki üstbilişsel süreçlerin kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisini incelemektir.

## YÖNTEM

### Örneklem

Araştırmanın örneklemini 2009-2010 öğrenim yılı döneminde İstanbul'daki 71 farklı okula devam eden, toplam 483 temel eğitim ve lise öğrencisi oluşturmuştur. Bu katılımcıların 212'si kız, 268'i ise erkektir. Üç katılımcının ise cinsiyetlerini belirtmedikleri saptanmıştır. Veri giriş aşamasında eksik ya da tamamlanmamış anketler ile yaşlarını 18 olarak rapor eden toplam 13 katılımcı olduğu görülmüş ve bu katılımcıların verileri analizlere dahil edilmemiştir. Sonuç olarak araştırmanın analizleri geriye kalan 470 kişi (205 kız, 265 erkek), üzerinden yürütülmüştür. Katılımcıların yaş aralığı 8-17, yaş ortalaması ise 12.12 (ss= 2.8)'dir. Katılımcıların yaş, cinsiyet ve devam ettikleri sınıflara göre dağılımları Tablo 1'de verilmiştir. Tablo 1'de görüldüğü gibi temel eğitimin birinci sınıfı ile lise son sınıfa devam eden öğrenciler araştırmaya dahil edilmemiştir. Farklı okullara devam etmekte olan birinci sınıf öğrencilerinin okuma-yazma becerileri açısından yeterli ve eşit düzeyde olup olmadıklarını kontrol etmenin güçlüğü nedeniyle bu grup araştırmaya dahil edilmemiştir. ÜBÖ'nün yetişkin gruptaki uyarlama çalışmasındaki (Tosun ve Irak 2008) yaş aralığının 18 ve üstü olması nedeniyle de lise son sınıflarda uygulama yapılmamıştır.

### Araçlar

Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu (ÜBÖ-ÇE). Bacow ve

arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal adı “Meta-Cognitions Questionnaire for Children (MCQ-C)” şeklindedir. ÜBÖ-ÇE'nin geliştirilmesinde, Cartwright-Hatton ve arkadaşlarının (2004) geliştirdikleri ÜBÖ'nin ergen formu (Meta-Cognitions Questionnaire for Adolescent; MCQ-A) esas alınmıştır. Otuz maddeden oluşan ergen formunun geçerlik çalışması 13-17 yaş grubu üzerinde yapılmıştır. Ergen formunun otuz maddeden oluşan yetişkin formuyla aynı faktörlere ve kabul edilebilir düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğu bulunmuştur.

ÜBÖ-ÇE'nin orijinal formunun geliştirilme aşamasında ölçeğin 13 yaş altı çocuklar için anlaşılabilirliğini arttırmak amacıyla maddeler üzerinde bazı değişiklikler yapılmıştır. Yapılan bu değişiklikler dokuz kişiden oluşan örneklem üzerinde bireysel görüşmeler yapılarak test edilmiş, gelen geribildirimler temelinde yeni düzenlemelere gidilmiştir. Yapılan bütün bu düzenlemeler için uzman klinisyenlerin geribildirimleri de ayrıca alınmıştır. Ergen formu ile ÜBÖ-ÇE arasındaki en belirgin fark, faktör sayısında gözlenmektedir. ÜBÖ'nün ergen formu yetişkin formuyla aynı faktör yapısına ve sayısına (olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık) sahiptir. Buna karşın çocuk formunun geliştirilme çalışmasında, bilişsel güven alt ölçeği ve onu oluşturan maddeler dışarıda bırakılmıştır. Bunun nedeni olarak da bu altölçeğin ölçtüğü özellikler açısından, araştırmacıların inceleme alanlarının dışında olması belirtilmiştir. Sonuç olarak ÜBÖ-ÇE'nin son hali 24 maddeden ve dört alt faktörden oluşmuştur. Bacow ve arkadaşları (2009) ayrıca bu dört faktöre yetişkin ve ergen formundakinden farklı isimler vermişlerdir. Böylece bilişsel güven altölçeği, bilişsel izleme (cognitive monitoring); olumlu inançlar altölçeği, olumlu üst endişeler (positive meta-worry); kontrol edilemezlik ve tehlike altölçeği ise olumsuz üst endişeler (negative meta-worry) adını almıştır. Buna karşılık batıl inançlar, ceza ve sorumluluk inançları (BİCS; superstition, punishment and responsibility beliefs) altölçeğinin ismi ise aynı kalmıştır.

ÜBÖ-ÇE'deki her madde, “(1) kesinlikle katılmıyorum” ile “(4) kesinlikle katılıyorum” uçlarına sahip, dört birimli Likert tipi derecelendirme skalası üzerinden yanıtlanır. Ölçekten alınabilecek puanlar 24 ile 96 arasında değişir ve puanın yükselmesi olumsuz üstbilişsel faaliyetin arttığına işaret eder. Bacow ve arkadaşlarının (2009) ÜBÖ-ÇE'nin psikometrik çalışması, sağlıklı ve çeşitli kaygı bozukluğu tanısı almış (yaygın anksiyete bozukluğu, OKB, sosyal anksiyete bozukluğu, seperasyon anksiyete bozukluğu) 7-17 yaş grubu çocuklar ve ergenler üzerinde yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi (confirmatory factor analysis) yukarıda belirtilen ve ölçeğin dört alt faktörden oluştuğunu hipotezleyen modelin uygun olduğunu göstermiştir. İç geçerlik analizleri 24 maddelik ölçeğin iç tutarlılık Cronbach Alfa değerinin .93; alt faktörler için Alfa değerlerinin ise .72 ile .93 aralığında olduğunu göstermiştir.

Yakınsak (convergent) geçerliğine ilişkin analizi sonuçları ÜBÖ-ÇE'nin toplam ve alt faktörlerinin, Penn State Endişe Ölçeği-Çocuk Formu (Penn-state Excessive Worry) ile pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğunu göstermiştir. Buna karşın Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği (Children Depression Inventory) ile ölçülen depresyon puanının ÜBÖ-ÇE'nin yalnızca olumsuz üst bilişler altölçeği ile pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Bu korelasyonlar klinik ve sağlıklı gruplar için ayrı ayrı yapıldığında, klinik gruptaki ilişkilerin yukarıda rapor edilenle benzer olduğu, ek olarak olumsuz üstbilişler alt faktörünün de depresyon puanıyla anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Buna karşın sağlıklı grupta ise ÜBÖ-ÇE'nin olumsuz üst bilişler ve BİCS alt faktörleriyle pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar ÜBÖ-ÇE'nin yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğuna işaret etmiştir.

Çocuklar için Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri (DSKE-Ç). Spielberger ve ark. tarafından 1970 yılında geliştirilen Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri'nin çocuk formunun Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Özusta (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin her biri 20'şer maddeden oluşan durumluk kaygıyı (DK) ve sürekli kaygıyı (SK) ölçen iki alt faktörü bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar her bir alt faktör için 20 ile 60 arasında değişmekte ve puanın yükselmesi kaygı düzeyinin arttığına işaret etmektedir. Özusta'nın bu çalışmasında DK alt ölçeği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı kızlar için .87, erkekler için .82; SK alt ölçeği için ise bu katsayılar kızlar için .81, erkekler için .78 bulunmuştur. Test tekrar test analizi sonuçları da cinsiyete göre değişmiş ve bu oranlar .31 ile .71 arasında elde edilmiştir.

Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi (MOKSL). Hodgson ve Rachman tarafından 1977 yılında geliştirilen ölçek, obsesif kompulsif belirtilerin düzeyini ve türünü araştırmayı amaçlar (Erol ve Savaşır 1988). Erol ve Savaşır (1988) tarafından yapılan uyarlama çalışmasında (7 yaş ve üzeri) ölçeğe yedi madde daha eklenmiş ve ölçeğin son hali 37 madde olarak yeniden düzenlenmiştir. Bu çalışmaya göre MOKSL'un ülkemizde normal ve psikiyatrik örneklemelerde obsesif-kompulsif yakınmaların türü ve yaygınlığını ölçmede, araştırma ve klinik amaçlar için geçerli ve güvenilir olduğu gösterilmiştir (Erol ve Savaşır 1988). Ölçek kontrol, temizlik, yavaşlık, kuşku ve ruminasyon alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Ölçekte her madde, doğru/yanlış olarak yanıtlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar sıfır ile 37 arasında değişmekte ve puanın yükselmesi obsesif-kompulsif belirtilerin arttığına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık Cronbach Alfa değeri ilk 30 madde için 0.81, 37 madde için ise 0.86 olmuştur. Alt ölçekler için bu katsayılar 0.31 ile 0.70 arasında değişmiştir.

## İşlem

İlk olarak ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe'ye çevirisi için bir ön çalışma yapılmıştır. Bu ön çalışma çeviri ve geri-çeviri olmak üzere iki aşamadan oluşmuştur. İlk aşamada ölçeğin maddeleri İngilizce'den Türkçe'ye her madde için birden çok olası alternatif önerecek şekilde çevrilmiştir. Bu ilk çeviri daha sonra Amerikan Dili ve Edebiyatı Bölümü'nden iki öğretim üyesi tarafından incelenmiş, çevirisinde farklılıklar bulunan maddeler üzerinde ortak ifadelerde anlaşılmıştır. Daha sonra bu taslak çeviri örnekleri Türkiye'de psikoloji alanında doktora dereceli ve İngilizce'ye hakim toplam beş profesyonele değerlendirilmek üzere gönderilmiştir. Değerlendirmede her bir ölçek maddesi için önerilen alternatifler arasından en uygun olanının seçilmesi ya da yeni bir alternatif önerilmesi istenmiştir. Bu işlem sonucunda yargıcılardan ortak onay alan maddeler ölçeğin Türkçe formunu oluşturmuştur. Sonraki aşama olan geri-çeviri aşamasında, elde edilen ölçek maddeleri farklı iki uzman tarafından yeniden İngilizce'ye çevrilmiştir. Bu sonuçla elde edilen maddeler üzerinde gerekli düzenlemeler yapılarak ölçeğin son hali oluşturulmuştur.

Uygulamalar İstanbul'daki 71 temel ve lise eğitimi veren devlet okullarında, ilgili bölümlerden ve ders sorumlularından önceden alınan randevu saatlerinde, ya da öğrencilerin devam etmekte olduğu etüt merkezlerinde ilgili merkezlerden izin alınarak yapılmıştır. Araştırma hakkında verilen ön bilgilerden sonra gönüllü olan kişiler araştırmaya katılmıştır. Araçlar kısmında belirtilen ölçekler bir araya getirilerek oluşturulan ölçek bataryasındaki ölçekler katılımcılara aynı sırada uygulanmıştır. Uygulama grup ya da bireysel olarak ve kağıt-kalem testi şeklinde tek oturumda yapılmıştır. Ayrıca test tekrar-test güvenilirliği için, ölçek bataryası 154 kişilik bir örneklem grubuna üç hafta arayla yeniden uygulanmıştır. Test tekrar-test uygulamasında da örneklemin yaş/sınıf ve cinsiyet açısından dengeli olmasına çalışılmıştır.

## BULGULAR

Analizlere geçmeden önce verilerin çok değişkenli istatistiğin temel sayıltıları olan normallik, doğrusallık ve örneklem varyanslarının homojenliği (homoscedasticity) test edilmiş, ayrıca verilerde aşırı skora sahip katılımcı olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda verilerde aşırı skora sahip katılımcı olmadığı, ayrıca verilerin sözü edilen sayıltıları karşıladığı görülmüştür. Analizler araştırmanın amacına uygun olarak iki adımda yürütülmüştür. Buna göre ilk adımda, ÜBÖ-ÇE'nin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin bulgular, ikinci adımda ise ÜBÖ-ÇE ile, DSKE-Ç ve MOKSL arasındaki ilişkilere yönelik analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

### Maddeler arasındaki ilişkiler

Yirmidört maddeden oluşan ÜBÖ-ÇE'nin maddeleri

arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi tekniği kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre maddeler arasında seçici ilişkiler elde edilmiştir. Anlamli olan korelasyon katsayıları .124 ile .654 arasında değişmiştir ve bu katsayılar .01 düzeyinde anlamlı olmuştur.

### ÜBÖ-ÇE'nin Güvenirlik Analizi Sonuçları

ÜBÖ-ÇE'nin güvenilirliğini belirlemeye yönelik olarak test-tekrar test güvenilirlik yöntemi kullanılmıştır. Test-tekrar test arasındaki zaman aralığı tüm katılımcılar için üç hafta olmuştur. Test-tekrar test uygulamasına 154 kişi (67 kız, 87 erkek) katılmıştır. Yukarıda da belirtildiği gibi tekrar-test uygulamasında katılımcıların sınıf/yaş açısından dengeli dağılmasına çalışılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 2'de sunulmuştur. Buna göre, tüm maddeler arasındaki korelasyonlar anlamlı olmuştur. Ayrıntılı olarak test tekrar-test korelasyon katsayıları ölçek maddeleri için .47 (ÜBÖ-ÇE9) ile .88 (ÜBÖ-ÇE7) arasında; alt ölçekler için .76 ile .82 arasında olmuştur. Sonuçlar ÜBÖ-ÇE'nin Türkiye örneklemini için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir.

### ÜBÖ-ÇE'nin Geçerlik Analizi Sonuçları

#### 1. İç geçerlik

İç geçerliği belirlemede Cronbach Alfa korelasyon analizi tekniği kullanılmıştır. ÜBÖ-ÇE'nin Cronbach Alfa geçerlik katsayısı .73 olmuştur. Ayrıca bu oran ölçeğin ilk yarısı (tek numaralı maddeler) için .68, ikinci yarısı (çift numaralı maddeler) için .64 olmuştur. Sonuçlar ÜBÖ-ÇE'nin iç geçerliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir.

#### 2. Yapı geçerliği

ÜBÖ-ÇE'nin yapı geçerliğini belirlemede orijinal çalışmadakine benzer olarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA; confirmatory factor analysis) yapılmış, DFA için AMOS programı (sürüm 6; Arbuckle 2003) kullanılmıştır. Orijinal çalışmadaki gibi ÜBÖ-ÇE'nin dört faktörden oluştuğu hipotez edilmiştir. Faktörlerde yer alan maddeler orijinal çalışmadaki faktör yapısına sadık kalınarak analize sokulmuştur. Oluşturulan ilk modelin (hipotez model) sonuçlarına göre, uyum indeksleri istenir düzeyde olmuştur (RMSEA = .05; CFI = .89; GFI = .90; AGFI = .88). DFA sonuçları incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı fark yaratacak değişiklik indekslerinin önerilmediği görülmüştür. DFA ile ilgili kaynaklarda (Byrne 2001, Hayduk 1983, Scott 1983) RMSEA'nın .05 veya daha düşük, diğer (AGFI, CFI ve GFI gibi) indekslerin ise .90 veya daha yüksek değerde olması modelin uygunluğu için gerekli görülmektedir. Bu açıdan bakıldığında hipotez model ile önerilen faktör yapısının psikometrik açıdan kabul edilebilir olduğu görülmektedir. Bu sonuçla ÜBÖ-ÇE'nin faktör yapısı orijinal çalışmadakiyle aynı olmuştur (Bkz. Ek 1).

**TABLO 1.** Katılımcıların Yaş, Cinsiyet ve Devam Ettikleri Sınıflara Göre Dağılımları.

Sınıf	Kız		Erkek	
	n	Yaş Ort. (ss)	n	Yaş Ort. (ss)
2	31	8.19 (.40)	30	8.10 (.31)
3	31	9.26 (.44)	20	9.15 (.37)
4	18	9.94 (.24)	32	10.03 (.40)
5	25	11.00 (.41)	27	10.96 (.34)
6	34	12.09 (.29)	29	12.07 (.26)
7	11	13.27 (.47)	17	13.06 (.56)
8	19	14.05 (.23)	25	13.93 (.64)
9	12	15.17 (.39)	47	15.02 (.44)
10	3	16.00 (1.00)	23	15.96 (.64)
11	21	17.00 (.00)	15	16.87 (.35)

### 3. Yakınsak (convergent) geçerliği

ÜBÖ ile ilgili önceki çalışmalar (Cartwright-Hatton ve Wells 1997, Irak ve Tosun 2008, Tosun ve Irak 2008, Wells ve Cartwright-Hatton 2004) ölçeğin kaygı ve obsesyon türü belirtilerle pozitif yönde anlamlı ilişkisinin olduğunu göstermiştir. Yetişkin formunda elde edilen bu ilişki örüntüsünün çocuk ve ergenlerde de görülüp görülmeyeceğini test etmek amacıyla ÜBÖ-ÇE'nin yakınsak geçerliğini belirlemek için ÜBÖ-ÇE, MOKSL ve DSKE-Ç puanları arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon tekniği ile incelenmiştir. Bu incelemede yetişkin formunda olduğu gibi çocuk formunda da üst-bilişsel süreçlerin, kaygı (özellikle sürekli kaygı) ve obsesyon türü belirtilerle ilişkili olduğu (Tosun ve Irak 2008) hipotez edilmiştir. Sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur. Buna göre ÜBÖ-ÇE'nin alt ölçekleri ve toplam puanı ile MOKSL toplam puanı ve SKE-Ç toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Tablo 3'ten de görüldüğü gibi durumluk kaygı ÜBÖ-ÇE'nin yalnızca bilişsel izleme alt faktörüyle anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur. Ancak bu korelasyon katsayısı oldukça düşüktür (-.09). Sonuçlar ÜBÖ'nun yetişkin formundan elde edilen bulgularla uyumlu olmuştur ve ÜBÖ-ÇE Türkçe formunun yakınsak geçerliği için kanıt oluşturmuştur.

### Yaş etkisi

ÜBÖ-ÇE'den elde edilen puanların yaşa (sınıf) göre nasıl değiştiği çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) ile incelenmiştir. Analizlerde ÜBÖ-ÇE'nin dört alt faktörü ve toplam puanı bağımlı değişken, yaş ise bağımsız değişken olarak alınmıştır. Orijinal çalışmadaki gibi (Bacow ve ark. 2009)

katılımcılar yaşlarına göre iki gruba ayrılmışlardır; 8-12 (çocuk) ve 13 ve üstü (ergen). Analiz sonucunda Wilks' Lambda anlamlı bulunmuştur ( $F=2.46$ ,  $p<.05$ ;  $\eta^2= .046$ ). MANOVA sonuçları yaşın yalnızca olumlu üst endişeler alt ölçeği üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir ( $F(9-460) = 7.78$ ;  $p<.001$ ;  $\eta^2= .086$ ). Tukey HSD testi sonuçlarına göre olumlu üst endişeler faktörü açısından 2. ve 4. sınıflar (yaş arttıkça puan azalmakta); 3. ve 11. sınıflar (yaş arttıkça puan azalmakta); 4. sınıflar ile 8.,9.,10. ve 11. sınıflar (yaş arttıkça puan artmakta) arasındaki farklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

### Cinsiyet etkisi

ÜBÖ-ÇE'den elde edilen puanların cinsiyete göre nasıl değiştiği de MANOVA ile incelenmiştir. Analizlerde ÜBÖ-ÇE'nin dört alt faktörü ve toplam puanı bağımlı değişken, cinsiyet ise bağımsız değişken olarak alınmıştır. Analiz sonucunda Wilks' Lambda anlamlı bulunmuştur ( $F= 3.02$ ,  $p<.05$ ;  $\eta^2= .025$ ). MANOVA sonuçları cinsiyetin olumsuz üst endişeler ( $F(1-468) = 11.98$ ;  $p<.01$ ;  $\eta^2= .025$ ) ve ÜBÖ-ÇE'nin toplam puanı ( $F(1-468) = 4.5$ ;  $p<.05$   $\eta^2= .01$ ) üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Ayrıntılı olarak bakıldığında kadınların olumsuz üst endişeler alt faktörü ve toplam puan açısından erkeklerden daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmüştür. Son olarak, yaş/sınıf ve cinsiyet ortak etkisinin ÜBÖ-ÇE puanları üzerinde fark yaratıp yaratmadığını test etmek için ayrı bir MANOVA daha yapılmıştır. Ancak yaş/sınıf ve cinsiyet ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır.

**TABLO 2.** Test-Tekrar Test Korelasyon Analizi Sonuçları.

Ölçek maddesi	Test-tekrar test korelasyonu
ÜBÖ-ÇE1	.503**
ÜBÖ-ÇE2	.856**
ÜBÖ-ÇE3	.506**
ÜBÖ-ÇE4	.728***
ÜBÖ-ÇE5	.562**
ÜBÖ-ÇE6	.574**
ÜBÖ-ÇE7	.882***
ÜBÖ-ÇE8	.596**
ÜBÖ-ÇE9	.474**
ÜBÖ-ÇE10	.572**
ÜBÖ-ÇE11	.687***
ÜBÖ-ÇE12	.801***
ÜBÖ-ÇE13	.727***
ÜBÖ-ÇE14	.870***
ÜBÖ-ÇE15	.749***
ÜBÖ-ÇE16	.704***
ÜBÖ-ÇE17	.682***
ÜBÖ-ÇE18	.506**
ÜBÖ-ÇE19	.764***
ÜBÖ-ÇE20	.598**
ÜBÖ-ÇE21	.531**
ÜBÖ-ÇE22	.787***
ÜBÖ-ÇE23	.596**
ÜBÖ-ÇE24	.496**
Alt Ölçekler	
Olumlu üst endişeler	.817***
Olumsuz üst endişeler	.756***
BİCS	.788***
Bilişsel izleme	.808***
ÜBÖ-ÇE Toplam	.823***

\*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

## TARTIŞMA

Mevcut çalışmada ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe formunun 8-17 yaş

çocuk ve ergenlerden oluşan katılımcı grubundaki uyarılma, geçerlik ve güvenilirlik analizlerine yer verilmiştir. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin Türkiye örnekleme için yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıntılı olarak, yapılan analizler ÜBÖ-ÇE'nin iç geçerliğinin yüksek ve maddeler arasında seçici ve anlamı korelasyonların olduğunu göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe formunun orijinal formdakiyle aynı faktör yapısına sahip olduğunu; ölçeğin dört alt faktörden oluştuğunu göstermiştir. Ölçeğin orijinal formundaki gibi bu alt faktörler olumlu üst endişeler, olumsuz üst endişeler, batıl inançlar, ceza ve sorumluluk inançları ile bilişsel izleme olmuştur.

ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe formunun güvenilirliği ile ilgili olarak yapılan test-tekrar test analizi sonuçları ölçek maddeleri için elde edilen güvenilirlik katsayılarının maddeler için .47 ile .88, alt ölçekler için .76 ile .82 arasında değiştiğini göstermiştir. Sonuçlar ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe formunun güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir.

Önceki bölümlerde de belirtildiği gibi üst-biliş ölçekleriyle yapılan çalışmalarda, üst bilişsel süreçlerin sürekli kaygı, endişe ve obsesyon türü belirtilerle pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur. ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe uyarlaması çalışmasında da, yetişkin formunda olduğu gibi üstbilişsel süreçlerin sürekli kaygı ve obsesyon ile anlamlı ilişkisi olduğu yönündeki denence doğrulanmış, ÜBÖ-ÇE'nin alt ölçekleri ile sürekli kaygı ve obsesif belirtiler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. ÜBÖ-ÇE'nin orijinal çalışmasından elde edilen sonuçlarla mevcut çalışmanın sonuçları tutarlılık göstermiş, bu sonuçlar ayrıca ölçeğin yakınsak geçerliğine kanıt oluşturmuştur. ÜBÖ'nün yetişkin formu kullanılarak üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışma (Irak ve Tosun 2008) üst-bilişin kaygı ve obsesif belirtiler arasındaki ilişki için anlamlı bir aracı değişken olduğunu göstermiştir. İleriye yönelik olarak bu örüntünün çocuk ve ergen örnekleme için de geçerli olup olmadığının incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Ayrıca OKB'ye ek olarak, diğer kaygı bozukluklarına sahip klinik gruplarda da bu ilişki örüntüsünün nasıl bir değişiklik gösterdiğinin incelenmesi önemlidir.

Cartwright-Hatton ve arkadaşlarının (2004) ÜBÖ ergen

**TABLO 3.** ÜBÖ-ÇE, DKE, SKE ve MOKSL Arasındaki İlişkiler.

ÜBÖ-ÇE alt faktörleri	Durumluk kaygı toplam	Sürekli kaygı toplam	MOKSL toplam
Olumlu üst endişeler	-.020	.194***	.192**
Olumsuz üst endişeler	.029	.412***	.331***
BİCS	.030	.287***	.236***
Bilişsel izleme	-.095*	.106*	.267***
ÜBÖ-ÇE Toplam	-.019	.396***	.401***

\*p&lt;.05; \*\*p&lt;.01; \*\*\*p&lt;.001

formu kullanarak yaptıkları psikometrik bir çalışmada, üst-bilişsel inançların duygusal bozuklukların gelişiminde rol oynayabileceği yorumu yapılmıştır. Sağlıklı ergenlerle yapılan bu çalışmada üst-bilişsel süreçlerdeki olumsuz yöndeki artış (yaşla birlikte), stres, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerdeki artışla ilişkili bulunmuştur. Mevcut çalışmada analizler yaşın yalnızca olumlu üst endişeler alt ölçeği üzerindeki etkisinin, buna karşın cinsiyetin olumsuz üst endişeler ve toplam puan üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Yaş ve cinsiyetin etkisine ilişkin mevcut çalışmadan elde edilen bu bulgular orijinal çalışmanın bulgularından farklı olmuştur. Orijinal çalışmada cinsiyetin ÜBÖ-ÇE puanları üzerindeki etkisi yaşın istatistiksel etkisi kontrol edilerek MANCOVA ile incelenmiştir. Bu analizler sağlıklı katılımcıların azlığı nedeniyle yalnızca klinik katılımcılar üzerinde yapılmıştır. Sonuçlar cinsiyet ve yaş ortak etkisinin toplam puan üzerinde anlamlı farka yol açtığını göstermiştir. Ayrıntılı olarak bakıldığında bu farkın ergen grupta ortaya çıktığı görülmüş ve kızların ortalamaları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Mevcut çalışmada ise bu tür bir etki görülmemiştir. Bu farkın nedeni çalışmalarda kullanılan katılımcı gruplarının farklı olmasından kaynaklanıyor gibi görünmektedir. ÜBÖ-ÇE Türkçe formunun klinik örneklerle yapılacak olan çalışmalarda kullanılarak bu soruların araştırılması gerekmektedir. Son olarak mevcut çalışmanın bulguları, katılımcıların bilişsel izleme alt faktörü ortalamalarının diğer alt faktörelere göre daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu farkın da klinik örneklerde test edilmesinin önemli olabileceği düşünülmektedir.

ÜBÖ'nün yetişkin ve ergen formu kullanılarak sağlıklı örneklerle yapılan çalışmalarda (Cartwright-Hatton ve ark. 2004, Cartwright-Hatton ve Wells 2004) katılımcıların en yüksek puanları olumlu inançlar ve bilişsel kendine güven alt ölçeklerinden aldıkları görülmüştür. Mevcut çalışmada ve Bacow ve arkadaşlarının (2009) çalışmasında ise katılımcılar

en yüksek puanı yine bilişsel izleme alt ölçeğinden (yetişkin formundaki bilişsel kendine güven alt ölçeği) almışlardır. Aşırı düzeyde bilişsel izlemenin kaygı bozuklukları için tek başına belirleyici bir faktör olamayacağı, ancak önemli bir unsur olabileceği belirtilmiştir. Nitekim Sica ve arkadaşlarının (2007) çalışmasında bilişsel kendine güven türü üst-bilişsel sürecin uyumsal başa çıkma tarzı için kolaylaştırıcı bir rolü olduğu sonucu elde edilmiş, buna karşın aşırı oranda bilişsel izlemenin uyumsal olmayan başa çıkma tarzı için bir belirleyici olmadığı görülmüştür. Yazarlara göre aşırı oranda bilişsel izlemenin obsesif-kompulsif bozuklukta görülen düşünce takımları türü davranışlar için bir belirleyici olabileceği yorumu yapılmıştır. Bu yorumlar, ÜBÖ ile yetişkinlerde ölçülen üst-bilişsel süreçlerin kaygı ve obsesif-kompulsif belirtiler için aracı bir rolü olduğuna işaret bulgularla (Irak ve Tosun 2008) uyumludur. Benzer ilişkilerin çocuk ve ergen gruplarında da test edilmesi gerekmektedir.

Araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlar arasında, bazı yaş dilimlerinde kız ve erkek katılımcı sayısının birbirine eşit olmaması, uygulamaların yalnızca devlet okullarında yapılması, özel okulların örnekleme dahil edilmemesi, okulların bulunduğu semtler ve buna bağlı olarak katılımcıların sosyo ekonomik düzeyleriyle ilgili bir dengeleme ya da kontrol yapılamaması sayılabilir. Bu sınırlılıklara karşın ÜBÖ-ÇE'nin Türkçe formunun çocuk ve ergen grupları üzerinde yapılan uyarılma, geçerlik ve güvenilirlik çalışması, ölçeğin Türkçe formunun yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermiştir. Yukarıda da belirttiği gibi, ileriye yönelik olarak üstbilişin klinik gruplardaki rolüne ilişkin ülkemizde çocuk ve ergenler üzerinde yapılacak çalışmalar için ÜBÖ-ÇE'nin önemli bir ölçme aracı olacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda, üst-bilişsel süreçlerin farklı klinik gruplarda gelişimsel olarak nasıl değiştiğinin incelenmesi de önemli bir araştırma sorusu olarak güncelliğini korumaktadır.

## KAYNAKLAR

- Arbuckle J (2003) AMOS 5.0 update to the AMOS user's guide. Chicago, Ill. Marketing Dept. SPSS Inc., Small Waters Corporation.
- Bacon E, Danion JM, Kauffmann-Muller F ve ark. (2001) Consciousness in schizophrenia: a metacognitive approach to semantic memory. *Conscious Cogn*, 10: 473-84.
- Bacow TL, Pincus DB, Ehrenreich JT ve ark. (2009) The metacognitions questionnaire for children: Development and validation in a clinical sample of children and adolescents with anxiety disorders. *J Anxiety Disord*, 23: 727-36.
- Byrne BM (2001) Structural equation modeling with AMOS: basic concepts, applications, and programming. Mahwah, N.J, Lawrence Erlbaum Associates.
- Cartwright-Hatton S, Wells A (2004) A short form of the meta-cognitions questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behav Res Ther*, 42: 385-96.
- Cartwright-Hatton, S, Mather, A, Illingworth ve ark (2004) Development and preliminary validation of the meta-cognitions questionnaire: Adolescent version. *J Anxiety Disord*, 18: 411-22.
- Cartwright-Hatton S, Wells A (1997) Beliefs about worry and intrusions: the metacognitions questionnaire and its correlates. *J Anxiety Disord*, 11: 279-96.
- Crick F (2000) Şaşkırtan varsayım (Çev. Sabit Say). Ankara, TÜBİTAK Yayınları.
- Dienes Z, Perner J (1999) A theory of implicit and explicit knowledge. Cambridge University Press.
- Erol N, Savaşır I (1988) Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi. XXIV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bildiri Kitabı, Ankara, GATA Basımevi, s.107-4.
- Fisher PL, Wells A (2005) Experimental modification of beliefs in obsessive-compulsive disorder: a test of the metacognitive model. *Behav Res Ther*, 43: 821-29.
- Gwilliam P, Wells A, Cartwright-Hatton S (2004) Does meta-cognition or responsibility predict obsessive-compulsive symptoms: a test of the metacognitive model. *Clin Psychol Psychother*, 11: 137-44.

- Hayduk LA (1987) Structural equation modeling with LISREL: essentials and advances. Baltimore, Johns Hopkins University Press.
- Hodgson RJ, Rachman S (1977) Obsessional-compulsive complaints. *Behav Res Ther*, 15: 389-95.
- Holeva V, Tarrier NT, Wells A (2001) Prevalence and predictors of acute stress disorder and PTSD following road traffic accidents: thought control strategies and social support. *Behav Ther*, 32: 65-83.
- Irak M (2005) Üst-biliş mi? Yönetici işlev mi? Bilme hissinin nöropsikolojik testlerle ölçülen dikkat süreçlerinden yordanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20: 97-116.
- Irak M, Tosun A (2008) Exploring the role of the meta-cognition in obsessive-compulsive and anxiety symptoms. *J Anxiety Disord*, 22: 1316-25.
- Liberman DA (1994) Behaviorism and the mind: A (limited) call for a return to introspection. TO Nelson, (Ed.), *Metacognition: Care readings*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Mather A, Cartwright-Hatton S (2004) Cognitive predictors of obsessive-compulsive symptoms in adolescence: a preliminary investigation. *J Clin Child Adolesc Psychol*, 33: 743-49.
- Morrison AP, Wells A (2003) A comparison of metacognitions in patients with hallucinations, delusions, panic disorder, and non-patient controls. *Behav Res Ther*, 41: 251-56.
- Myers SG, Wells A (2004) Obsessive-compulsive symptoms: the contribution of metacognitions and responsibility. *J Anxiety Disord*, 19: 806-17.
- Özusta HŞ (1995) Çocuklar İçin Durumlu-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34): 32-44.
- Papageorgiou C, Wells A (2003) An empirical test of a clinical metacognitive model of rumination and depression. *Cognit Ther Res*, 27: 261-73.
- Peynircioğlu Z, Tekcan AI (2000) Feeling of knowing for translations of words. *J Mem Lang*, 43: 135-48.
- Scott LJ (1983) *Confirmatory factor analysis: a preface to LISREL*. Beverly Hills, Sage Publications.
- Sica C, Steketee G, Ghisi M ve ark. (2007) Metacognitive beliefs and strategies predict worry, obsessive-compulsive symptoms and coping styles: A preliminary prospective study on an Italian non-clinical sample. *Clin Psychol Psychother*, 14: 258-68.
- Spielberger CS, Gorsuch RL, Lushene RE (1970) *Manual for the State Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA. Consulting Psychologists Press.
- Tekcan AI, Aktürk M (2001) Are you sure you forgot? Feeling of knowing in directed forgetting. *J Exp Psychol Learn Mem Cogn*, 27: 1487-90.
- Toneatto T (1999) Metacognition and substance use. *Addict Behav*, 24: 167-74.
- Tosun A, Irak M (2008) Üstbiliş Ölçeği-30'un Türkçe uyarlaması, geçerliği, güvenilirliği, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisi. *Türk Psikiyatri Derg*, 19(1): 67-80.
- Weiss AP, Dodson CS, Goff DC ve ark. (2002) Intact suppression of increased false recognition in schizophrenia. *Am J Psychiatry*, 159: 1506-13.
- Wells A (2005) The metacognitive model of GAD: assessment of meta-worry and relationship with DSM-IV generalized anxiety disorder. *Cognit Ther Res*, 29: 107-21.
- Wells A, Cartwright-Hatton S (2004) A short form of the metacognitions questionnaire: properties of the MCQ 30. *Behav Res Ther*, 42: 385-96.
- Wells A, Papageorgiou C (1998) Relationships between worry, obsessive-compulsive symptoms and meta-cognitive beliefs. *Behav Res Ther*, 36: 899-913.
- Yalçın K, Karakaş S (2008) Çocuklarda bilgi işlemedeki üst işlemlerin yaşa bağlı değişimi. *Türk Psikiyatri Derg*, 19:257-65.



## EK 1. ÜBÖ-ÇE Türkçe Formu

Aşağıda sizin gibi genç bireyler tarafından ifade edilmiş bazı cümleler listelenmiştir. Her bir maddeyi okuyarak her birinin sizin için genellikle ne kadar uygun olduğunu ilgili rakamı daire içine alarak belirtin. Bu ankette doğru ya da yanlış cevap bulunmamaktadır.

	Kesinlikle katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
<b>Faktör 1: Olumlu Üst Endişeler</b>				
1. Bir şeyler hakkında şimdi endişelenirsem, gelecekte daha az sorun yaşarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Endişelenmek, kendimi ve çevremi düzenli tutmama yardımcı olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Kafam karıştığında, endişelenmek bunları düzene sokmama yardım eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Endişelenmek kendimi daha iyi hissetmemi sağlar.	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Endişelenmek sorunları çözmeme yardım eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
23. İşlerimi bitirmek için endişelenmeye ihtiyacım var.	(1)	(2)	(3)	(4)
<b>Faktör 2: Olumsuz Üst Endişeler</b>				
2. Endişelenmek iyi bir şey değil çünkü bana hiç iyi gelmiyor.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Eğer çok endişelenirsem kendimi hasta edebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Engellemeye çalışsam da endişe verici düşüncelerim devam eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Beni endişelendiren şeyleri düşünmeden duramıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Endişelenmek beni çıldırtabilir.	(1)	(2)	(3)	(4)
18. Endişelenmeye başladığımda bunu durduramam.	(1)	(2)	(3)	(4)
<b>Faktör 3: Batıl İnançlar, Ceza ve Sorumluluk İnaçları</b>				
6. Endişelendiğim bir düşünceyi durduramazsam ve sonra kötü bir şey olursa, benim hatam olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
12. İstedğim zaman düşünmeye başlayabilmeli ya da düşünmeyi durdurabilmeliyim.	(1)	(2)	(3)	(4)
17. Düşüncelerimi durduramazsam, benim için hiç iyi olmaz.	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Eğer düşüncelerimi durduramazsam kötü şeyler olacak.	(1)	(2)	(3)	(4)
21. Bazı şeyler hakkında düşünmek kötüdür.	(1)	(2)	(3)	(4)
22. Düşüncelerimi kontrol edemezsem, darmadağın olurum.	(1)	(2)	(3)	(4)
<b>Faktör 4: Bilişsel İzleme</b>				
3. Kafamdan geçenleri çoğu zaman fark ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Bir sorunu düşünürken, kafamın nasıl çalıştığına dikkat ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
11. Kafamdaki düşünceleri takip edebilmek için çok çaba harcarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Sürekli kafamdan geçenleri düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Nasıl düşündüğüme sürekli dikkat ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
24. Düşüncelerimi tekrar tekrar gözden geçiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)