

DUYGUSAL FARKINDALIK DÜZEYİ ÖLÇEĞİNİN UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI

Yaşar KUZUCU*

ÖZET

Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği (DFDÖ), duygusal farkındalığın ifadesini değerlendiren ve 20 senaryodan oluşan bir performans ölçeğidir. Bu araştırmanın amacı DFDÖ' nün Türk kültürüne uyarlanmasıdır. Bu amaca bağlı olarak bir dizi geçerlik ve güvenirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Çalışmada 195 tanesi kız 210 tanesi erkek olmak üzere toplam 405 üniversite öğrencisi bu yer almıştır. Yapı geçerliği ve ölçüt bağımlı geçerlik ve yöntemleriyle ölçeğin geçerliğine bakılmıştır. Faktör analizi ölçeğin tek boyutlu olduğunu göstermiştir. Test-tekrar test ve iç tutarlık analizleri ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir. Yapılan analizlerin sonucunda elde edilen bulgular, Türk üniversite öğrencilerinde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

ANAHTAR KELİMELELER: Duygu, duygusal farkındalık, duygusal farkındalık ölçeği.

ABSTRACT

The Levels of Emotional Awareness Scale (LEAS) is a performance measure of the

articulation of emotional awareness and consists of 20 vignettes. The purpose of this study was conduct to adaptation of LEAS to Turkish Culture. In this purpose validity and reliability were examined. The sample consisted of 405 undergraduates (195 female and 210 male). For validity; criteria based and content validity were utilized. For reliability; Cronbach Alpha internal consistency and test-retest were estimated. Factor analysis (Exploratory and Confirmatory Factor Analysis) indicated that revised Levels of Emotional Awareness Scale might be taken as a one-dimensional scale. The finding shows that, this scale can be used to with acceptable level of validity and reliability for Turkish undergraduate students.

KEY WORDS: Emotion, emotional awareness, emotional awareness scale.

İnsan yaşamının ilk günlerinden itibaren düşüncelere ve davranışlara rehberlik ederek insanın fonksiyonda bulunmasında temel teşkil eden duygular, süregelen olaylara hızlı ve otomatik bir şekilde anlam vermeye başlamaktadır (Frijda,

* Dr. Yaşar Kuzucu, Misafir Arastirmaci (Visiting Scholar) Human Development & Family Science, Oregon State University, 220 Bates Hall, Corvallis, OR 97331 USA, yasarku@yahoo.com

1986). Ruh durumumuzun nasıl olduğunu bildiren haberciler olan duygular (Navaro, 1999), çeşitli durumlarda nasıl tepki vereceğimizle ilgili bilgi sağlar ve davranışlarımızı başlatmada, motive ve organize olmada çok önem taşır (Cicchetti, Ackerman ve İzard, 1995). Duygusal farkındalık, kişinin kendisinin ve diğerlerinin duygularını tanıma yeteneği olarak açıklamaktadır (Lane ve Schwartz, 1987). Ayrıca duygusal farkındalık, duygunun yaşanması ve ifadesinden farklı bir şekilde o andaki duygu hakkında bilgi sahibi olmayı da içermekte ve sadece duyguların yaşanmasının dışında, duygusal yaşantılar hakkında düşünmeyi de kapsamaktadır (Croyle ve Waltz, 2002).

Kişinin yaşadığı duygu durumunu başarılı bir şekilde adlandırması, duygu durumunun diğer kişilerin davranışları üzerindeki etkisini görmesine fırsat vererek sosyal ilişkilerini olumlu bir şekilde etkilemektedir (Swinkels ve Giuliano, 1995). Ne hissettiğini bilmek, içinde bulunulan durum için önemli bilgi sağlamakta, sonrası için en iyi seçenekleri netleştirmekte ve eğer istenirse duyguyu değiştirmek için belli seçenekler sunmaktadır (Feldman-Barret, Gross, Conner-Sristensen ve Benvenuto, 2001). Diğer bir ifadeyle duygusal farkındalık, olumsuz bir duygu durumunu değiştirmek ve olumlu duygu ile sonuçlanmasını sağlamak için atılacak adımları kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle de ortaya çıkmış negatif duygu durumunun düzelmesi ile ilişkili bulunmuştur (Salovey, Mayer, Goldman, Turkey ve Palfai, 1995).

Yüksek duygusal farkındalık düzeyi, kişinin çevresini anlamasını (Greenberg, 2002) ve sıkıntıyla daha iyi baş etmesini sağlamaktadır (Stanton, Kirk, Cameron ve Danoff-Burg, 2000). Duygusal farkındalığı düşük olan kişilerle karşılaştırıldığında, farkındalığı yüksek olanların daha sık pozitif duygu yaşadıkları, kendine saygılarının daha yüksek olduğu, daha dışa dönük oldukları, sosyal olarak daha az kaygılı oldukları ve daha çok yaşam doyumunu belirttikleri görülmektedir (Swinkels ve Giuliano, 1995). Alan yazında, duygusal farkındalığın ruh sağlığıyla ve psikolojik iyi oluşla ilişkisini gösteren başka araştırmalar da bulunmaktadır (Lundh ve ark., 2002; Charry ve ark., 2004; Subic-Wrena, 2004).

Duygusal farkındalıkla ilgili çalışmalar arasında, ruh sağlığı ile ilişkisinden dolayı duygusal farkındalığı ölçmeye yönelik kullanılan çeşitli ölçme araçları bulunmaktadır. Duyguların farkındalığı ve duyguların ifadesinde güçlük olarak nitelendirilen aleksitimiyei ölçmeyi amaçlayan Toronto Aleksitimi Ölçeği (Taylor ve ark. 1985), alt faktörlerinden bir tanesi duygusal farkındalık olan ve duygusal zekâyı ölçmeyi amaçlayan Duygusal Zeka Ölçeği (Mayer ve Ark., 2000), kişinin duygu durumunun farkındalığını ölçmeyi amaçlayan Duygu Durum Ölçeği (Swinkels, ve Gulliano, 1995) bunlardan bazılarıdır. Bu ölçekler arasında, Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği (Lane ve ark., 1990) bir performans ölçeği olarak doğrudan duygusal farkındalığı ölçmeyi amaçlayan ve hem kişinin kendi duygularının hem de diğer kişinin duygularının farkındalığını dikkate alan bir ölçektir.

Bu çalışma ile duygusal farkındalığın ruh sağlığına etkilerini gösteren araştırma sonuçları (Lundh ve ark., 2002; Charry ve ark., 2004; Subic-Wrena, 2004) ve ülkemizde duygusal farkındalığı ölçen herhangi bir ölçek geliştirme çalışmasının olmaması göz önünde bulundurularak, yukarıda belirtilen özellikleriyle benzer nitelikteki ölçme araçlarından ayrılan geçerliği ve güvenilirliği kanıtlanmış Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği'nin (Lane ve ark., 1990; Ciarrochi ve ark., 2003) Türkçeye uyarlanması amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırma grubu ile 2006–2007 eğitim ve öğretim yılında çalışılmıştır. Araştırmaya toplam 405 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin fakülteler ve üniversitelere dağılımı; Ankara Üniversitesinden 111 Eğitim Bilimleri, 78 Hukuk, 96 Siyasal Bilgiler ve 100 İlahiyat Fakültesi ile Orta Doğu Teknik Üniversitesinden 20 Eğitim Fakültesi öğrencisi araştırmaya katılmıştır. Ankara Üniversitesinden 2. ve 3. sınıf öğrencileri, Orta Doğu Teknik Üniversitesinden ise son sınıf öğrencileri olmak üzere araştırmaya 224 kız (%55,3), 181 erkek (%44,7) öğrenci katılmıştır. Ölçeği İngilizceden Türkçeye uyarlama çalışması için 20, faktör yapısı ve iç tutarlılığı belirlemek için 285, ölçüt bağıntılı geçerlik için 100 kişiye uygulama yapılmış, zaman içindeki tutarlılığı belirlemek için de bu 100 kişiden 96'sına ölçek tekrar uygulanmıştır.

Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği (DFDÖ)

Lane, Quinlan, Schawartz, Walker ve Zeitlin (1990) tarafından, bireyin duygularının ne kadar farkında olduğunu değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş acık uçlu bir performans ölçeğidir. Ölçekte beş duygusal farkındalık düzeyi tanımlanmaktadır. Bu düzeyler; vücuda ait his, hareket eğilimi, tek duygu, birden çok duygu, hem kendi hem de diğer kişi için birden çok duygu (Lane ve ark., 1990).

Puanlaması

Puanlama kriteri (Ciarrochi, Hynes ve Crittenden, 2005) kendi ve diğerinin duygularını tanıma derecesini değerlendirmektir. Yüksek puanlar hem kendi hem de diğer kişi için duygusal farkındalık oranının yüksekliğini (Lane ve ark., 1990), düşük puanlar duygusal yaşantıları kompleks duygu diliyle ifade eğiliminin azlığını ve duygusal motor yaşantıları (örneğin eylem veya eylem yönelimi) tanımlayan kelimeleri kullanma eğiliminin arttığını göstermektedir (Feldman-Barrett ve ark., 2000). Katılımcılardan ölçekte yer alan yirmi senaryonun her biri için hem kendi hem de diğer kişinin yaşaması olası olan duygu/duyguları tanımlaması istenir; "Siz ve eşiniz, arkadaşlarınızla dışarıda bir akşam geçirdikten sonra evinize dönüyorsunuz. Sizin bloğa döndüğünüzde, itfaiye araçlarının sizin evin yanında park ettiğini gördünüz. Nasıl hissedersiniz? Eşiniz nasıl hisfeder?" Her bir senaryo için DFDÖ'nün temelinde yatan duygusal farkındalığın bilişsel-gelişimsel kuramına karşılık gelen 0 ve 5 arasında

puanlar elde edilmektedir. Puanlamaya rehberlik eden puanlama el kitapçığı ve her bir düzey için duygu isimleri sözlüğü bulunmaktadır.

DFDÖ' nün Türkçeye Uyarlanması

Ölçeğin uyarlanmasıyla ilgili izin alındıktan sonra (yazarlardan ilk isim olan Lane, R.D.'den alınmıştır) Türk örneklem grubuna uyarlanması için ölçek, cevap anahtarı ve sözlüğü ile birlikte geliştirildiği kültürü yakından tanıyan ikisi Türk, birisi İngiliz üç İngiliz dil bilimci tarafından önce İngilizceden Türkçeye daha sonra Türkçeden İngilizceye çevrilmiştir. Çeviri işleminden sonra, ölçeğin Türkçeye çevrilmiş formu PDR alanında doktora derecesine sahip üç uzman tarafından ifadelerin psikoloji literatürüne uygunluğu açısından gözden geçirilmiştir. Puanlamada kullanılan Duygu İsimleri Sözlüğü'nün çevirisi sırasında Türkçe karşılığı bulunamayan kelimeler sözlükten çıkarılmıştır. Bu çeviri işleminden sonra ölçeğin İngilizce ve Türkçe formu ODTÜ İngilizce öğretmenliğinde öğrenim gören 20 son sınıf öğrencisine iki hafta arayla uygulanmıştır. Uygulama sonrası, Türkçe ve İngilizce metinler arasındaki korelasyona, denek sayısı 30'un altında olduğu için Sperm rho (r_s)'suna dayalı olarak bakılmıştır (Köklü ve Büyüköztürk, 2000). Yapılan hesaplamalardan sonra iki ölçek arasında .01 düzeyinde anlamlı ilişki ($r_s=.75$) bulunmuştur. Bu değer, ölçeğin bu araştırma kapsamında yapılan Türkçe uyarlama çalışmasında bulunan test tekrar test tutarlılığına ($r=.78$) çok yakındır ve ölçeğin Türkçe ve İngilizce formlarının anlam olarak birbirinden farklılaşmadığını göstermektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi güvenilirlik ve geçerlik çalışmalarını içermektedir. Ölçeğin geçerliği için, ölçüt bağıntılı geçerlik ve yapı geçerliği çalışması yapılmıştır. Yapı geçerliliği kapsamında hem Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) hem de Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach Alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Ayrıca ölçeğin testin tekrarı yöntemiyle güvenilirliği saptamak amacıyla ölçek üç hafta arayla iki kez uygulanarak Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bu çalışmalar bulgular bölümünde ele alınmıştır.

BULGULAR

DFDO'nun Geçerlik Çalışmaları

Ölçeğin geçerlik çalışmaları için, sırasıyla önce açıklayıcı faktör analizinin bir türü olan "Temel Bileşenler Analizi", sonrasında ise doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ayrıca ölçüt ve yapı bağımlı geçerliliğine bakılmıştır. Söz konusu çalışmalar aşağıda verilmektedir.

Yapı Geçerliliği

Ölçeğin faktör yapısını belirlemek için, ölçek 285 öğrenciye uygulanmıştır. Uygulamada elde edilen veriler üzerinde, önce açıklayıcı faktör analizi daha sonra da doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Her iki faktör analizi sonuçları, sırasıyla aşağıda açıklanmaktadır.

Açımlayıcı faktör analizi (Exploratory Factor Analysis)

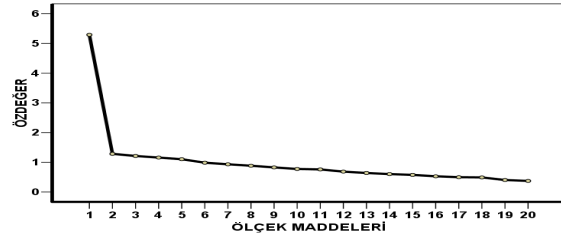
Jöreskog ve Sörbom (1993) herhangi bir faktöryel yapının doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmadan önce açımlayıcı tekniklere dayalı olan faktör analizinin kullanılabileceğini belirtmektedirler. Bu amaçla, ölçeğin faktöryel yapısını ortaya koymak için öncelikle açımlayıcı faktör analizi yapılmış, temel eksenler (principal axes) analizi uygulanmıştır.

Tablo 1. Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin Maddelerine İlişkin İlk Analiz Faktör Yükleri

	Faktörler				
	1	2	3	4	5
d16	.49				
d18	.56			.35	
d13	.54				
d08	.59				
d14	.38			-.32	-.35
d06	.45				.26
d10	.44				.20
d20	.52				
d02	.35				
d04	.34	.29			
d05	.54		-.23		
d09	.44		-.21	.35	.22
d03	.47	.21	.35	.33	
d17	.51				
d12	.37		-.33	-.22	
d19	.49				
d11	.60	.35			
d01	.41	.29	.52		
d15	.52		-.33	-.23	
d07	.28				

Tablo 1’de ilk faktör analizinden elde edilen çözümlenmeye (döndürme yapılmamış) ilişkin faktör yük değerleri verilmektedir. Görüldüğü gibi, yapılan analiz sonucunda varyansın .50’sini açıklayan öz değeri 1’in üzerinde olan beş faktör belirlenmiştir. Bununla birlikte maddelerin büyük çoğunluğunun birinci faktör altında yüksek faktör yüküne sahip oldukları görülmektedir. Ayrıca Öz değere ait çizgi grafiğinde (Scree-plot,

Grafik 1) tek faktörün baskın olduğu bir faktör yapısı gözlenmektedir.



Grafik 1. Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği Öz Değere Ait Çizgi Grafiği Sonuçları

Daha önce yapılmış olan çalışmalarda ölçeğin faktöryel yapısına ilişkin herhangi bir çalışmaya rastlanamamaktadır (Lane ve ark., ; 1990, 1995, 1996). Ancak, ölçeğin puanlamasında tüm maddelerin toplamı alınarak (Lane ve ark.; 1990) genel bir puana ulaşıldığı dikkate alındığında, duygusal farkındalığın tek boyuttan oluşan örtük bir değişken olduğu varsayımı iddia edilebilir.

Tablo 2. Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yükleri ve Düzeltilmiş Madde-Toplam Korelasyonları

Maddeler	Faktör Yükleri	Madde Toplam Korelasyonları
1	.40	.37
2	.36	.32
3	.43	.39
4	.34	.30
5	.53	.49
6	.45	.41
7	.28	.25
8	.59	.54
9	.41	.38
10	.45	.41
11	.59	.53
12	.36	.33
13	.54	.49
14	.38	.36
15	.51	.48
16	.48	.44
17	.51	.48
18	.54	.49
19	.56	.51
20	.51	.46

Öz değere ait çizgi grafiğinin (Scree-plot) de tek boyutluluğu işaret ettiği göz önünde bulundularak bu varsayımı test etmek için tüm maddeler tek faktöre sınırlandırılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 1996). Bu analiz sonucunda tüm maddelerin tek bir faktör altında sıkıştırıldığı en az .40 faktör yüküne sahip olduğu görülmüştür (Tablo 2). Bu sonuç söz konusu değişkenin tek boyutlu olduğuna ilişkin varsayımı desteklemektedir.

Doğrulayıcı faktör analizi (Confirmatory Factor Analysis)

Ölçeğin belirlenen faktör yapısının geçerliliğini test etmek için LISREL 8.3 (Jöreskog ve Sörbom, 1999) programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Türkiye’de son yıllarda gittikçe artarak kullanılmaya başlayan yapısal eşitlik modelinin (Structural Equation Modeling) bir türü olarak geçen doğrulayıcı faktör analizinin en önemli avantajlarından birisi, örtük değişkenlerin (Latent Variables) analizini sağlarken aynı zamanda ölçme hatalarından arınık olarak bu işlemi gerçekleştiriyor olmasıdır (Nachtigall, Kroehne, Funke ve Steyer, 2003). Doğrulayıcı faktör analizinin, psikolojide daha yaygın olarak kullanılmakta olan açımlayıcı faktör analizi türlerinden temel farklılığı, araştırmacının, belli birtakım faktörlerin, yine belli birtakım ölçülen değişkenler üzerinde etkide bulunduğu dair ön belirlemele-
rinin bulunmasıdır. Oysaki açımlayıcı faktör analizinde, tüm faktörler tüm gözlenen değişkenleri etkiler (Klem, 2000; Pedhazur ve Pedhazur-Schmelkin, 1991). Son yıllarda yapılan ölçek geliş-

tirme çalışmalarında, bu tür gözlenemeyen, ancak varolduğu iddia edilen örtük değişkenlerin faktöryel yapılarının test edilmesinde en güçlü yöntemin doğrulayıcı faktör analizi olduğu kabul edilmektedir.

Aynı doğrultuda, doğrulayıcı faktör analizinde, tek bir değişken tarafından açıklandığı varsayılarak, örneklemden elde edilen verilerin bu varsayımı karşılayıp karşılamadığı test edilmiştir, bir başka deyişle modelin veriye uyum sağlayıp sağlamadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, her bir gözlenen değişkenle ilgili parametre değerlerinin anlamlılığına ilişkin olarak belirlenen t-değerlerinin manidar olduğu tespit edilmiştir. Hesaplanan uyum indeksi değerleri, söz konusu modelin doğrulandığını göstermektedir. Bu analize ilişkin uyum indeksleri (Fit Indexes) değerleri Tablo 3’de verilmektedir.

Tablo 3. Modele İlişkin Uyum İndeksleri Değerleri

Chi-Square / Df (210 / 170)	1.23
SRMR (Standardized Root Mean Square Residual)	0.04
GFI (Goodness of Fit Index)	0.93
AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index)	0.91
RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation)	0.03
CFI (Comparative Fit Index)	.96
IFI (Incremental Fit Index)	.96
RFI (Relative Fit Index)	.96

Fit indeksi değeri Kay Kare (Chi-Square) değerinin serbestlik derecesine bölünmesiyle elde edilmekte ve genel olarak 3`nin altındaki değerler iyi bir uyumu göstermektedir (Simsek, O. F.; 2007). Tablo 3’de görülebileceği gibi, bu çalışma-

daki söz konusu değer 1.23 olup, iyi bir uyumu göstermektedir. Ancak, Kay Kare değerinin örneklem büyüklüğüne duyarlı olması nedeniyle, diğer uyum indeksleri ile birlikte yorumlanması tavsiye edilmektedir (Jöreskog ve Sörbom, 1993). Standardized Root Mean Square Residual değerinin .08'in altında olması, Goodness of Fit Index ve Adjusted Goodness of Fit Index değerlerinin .90'nın üstünde olması iyi bir uyumu göstermektedir (Simsek, O. F., 2007). Tablo 3'deki değerlere bakıldığında, tüm uyum değerlerinin yeterli düzeyde olduğu ve söz konusu yapıyı doğruladıkları söylenebilir.

Doğrulamalı faktör analizi sonucunu yorumlarken DFA'ya göre maddelerin Lambda (faktör yükü), t, SE ve R² değerleri de önem taşımaktadır. Bu değerlere Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4. Standardize edilmiş Lambda (λ), t, SE ve R² değerleri

Madde	λ	t	SE	R ²
d1	.42	6.89	0.80	.18
d2	.41	6.61	0.84	.16
d3	.41	6.63	0.83	.17
d4	.40	6.45	0.84	.16
d5	.54	9.20	0.71	.29
d6	.44	7.29	0.80	.20
d7	.35	5.62	0.88	.12
d8	.56	9.62	0.68	.32
d9	.40	6.48	0.84	.16
d10	.45	7.43	0.80	.20
d11	.60	10.43	0.64	.36
d12	.41	6.62	0.84	.16
d13	.51	6.62	0.74	.26
d14	.42	6.88	0.82	.18
d15	.52	8.76	0.73	.27
d16	.46	7.64	0.79	.21
d17	.53	8.93	0.72	.28
d18	.55	9.29	0.70	.30
d19	.57	9.73	0.68	.32
d20	.52	8.67	0.73	.27

Tablo 4'deki t değerlerine bakıldığında, duygusal farkındalık olarak adlandırılan tek boyutlu yapının, her bir maddeyi istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı, bir başka deyişle söz konusu yirmi maddenin bu örtük değişkenin güvenilir göstergeleri olduğu anlaşılmaktadır. Tablodaki R² değerlerine bakıldığında örtük değişken tarafından maddelerde açıklanan varyans miktarının .14 ile .36 civarında olduğu gözlenmektedir. Bu sonuçlar ölçeğin maddelerinin birbirlerine yakın bir oranda ölçeğin ölçmeyi amaçladığı değişkeni açıkladığını göstermektedir.

Kadınların Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeğinden elde ettikleri puanların erkeklerden istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu gösteren araştırma sonuçları vardır (Feldman-Barret ve ark., 2000; Ciarrochi, Caputi ve Mayer, 2003; Lane ve ark., 1990; Fujita ve ark., 1991). Bu araştırma sonuçlarından yola çıkarak, araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin ölçekten aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, duygusal farkındalık puanları dikkate alındığında, kızların ve erkeklerin ölçekten aldıkları ortalama puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (t=3.78, Sd: 281, p<.01). Bu değer ölçeğin geçerliğine dair ikinci bir kanıt olarak sunulmuştur. Katılımcıların DFDÖ'den elde etmiş oldukları puanların ortalama ve standart sapma değerlerinin cinsiyete göre dağılımı Tablo 5'de verilmektedir.

Tablo 5. Erkeklerin ve Kızların DFDÖ' den Aldıkları Puanların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	p
Kız	194	57,675	8,52079	3.7	28	.00
Erkek	89	53,112	11,11044			

P<.01

Ölçüt Bağımlı Geçerlik

Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği, kişinin hem kendi hem de diğer kişinin duygularının farkındalığını ölçmektedir. Diğer bir ifadeyle, Lane ve arkadaşlarına (1990) göre duygusal farkındalık, sadece kişinin kendi duygularının farkında olması ile sınırlı değildir. Bu görüş, kişinin kendi duygu durumunun farkında olmasının diğer kişi/kişilerin duygu durumlarının farkında olması ile ilişkili olduğunu ileri süren literatürle örtüşmektedir (Bridge, 2003; Salovey ve Mayer, 1990; Saarni, 1997; Brems ve Christian, 1992). Ölçeği geliştiren araştırmacıların farkındalığa verdikleri anlam ve bu anlamı destekleyen literatürdeki bilgilerden yola çıkılarak ölçüt bağımlı geçerlik çalışması için bir empati ölçeğinin kullanılmasına karar verilmiştir. Bu amaçla Dökmen (1988) tarafından geliştirilen Empati Beceri Ölçeği kullanılmıştır. Her iki ölçek de performans ölçeğidir ve gelişimsel bir bakış açısı içermektedir. Bu iki performans ölçeği 100 kişilik bir gruba birlikte verilmiştir. Bu iki ölçekten elde edilen puanlar arasında .01 düzeyinde anlamlı ($r=.50$) ilişki olduğu belirlenmiştir. Söz konusu değer, Duygusal

Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin geçerliğine dair kanıt olarak değerlendirilebilir.

DFDÖ'nün Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin güvenirlik çalışmaları için sırasıyla önce ölçeğin test-tekrar test güvenirliğine, daha sonra iç tutarlığına bakılmıştır. Söz konusu çalışmalar aşağıda verilmektedir.

Test-Tekrar Test Tutarlılığı

DFDÖ'nün güvenirliğini saptamak için yapılan uygulamalardan ilki test-tekrar test yöntemidir. Ölçeğin zaman içindeki tutarlılığını belirlemek amacıyla, ölçek üniversite öğrencilerinden oluşan 96 kişilik bir gruba üç hafta ara ile iki kez uygulanmıştır. Bu iki uygulama arasında hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı $r=0.78$ ($p<.01$) olarak hesaplanmıştır. Söz konusu değer, bir performans ölçeği olan, Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği'nin güvenirliği için yeterli kanıt oluşturduğu düşünülmektedir.

İç Tutarlılık

DFDÖ'nün güvenirliği ile ilgili ikinci çalışma için iç tutarlılık katsayısının (Cronbach Alpha) hesaplanmasıdır. Bu amaçla ölçek Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri, Hukuk, Siyasal Bilgiler ve İlahiyat Fakülteleri'nde öğrenim gören toplam 285 öğrenciye uygulanmıştır. Yapılan çalışmada elde edilen değer .85 olarak hesaplanmıştır. Söz konusu değer ölçeğin güvenirliği için yeterli kanıt oluşturduğu düşünülmektedir.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Ölçeğin geçerliği için faktör analizi, ölçüt bağımlı geçerlik ve yapı geçerliği çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin, özgün faktör yapısının Türk kültüründe de sergilenip sergilenmediğinin sınınamak ve ölçeğin faktör yapısını ortaya koymak amacıyla bu araştırmada kullanılan örneklemden elde edilen verilere açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizinden sonra doğrulayıcı faktör analizi yapılmış (DFA) ve elde edilen sonuç açımlayıcı faktör analizi ile belirlenen tek faktörlü yapıyı desteklemiştir.

Ölçüt bağımlı geçerlik çalışmasında, ölçeğin Empati Beceri Ölçeğiyle ($r=.50$) ile $.01$ düzeyinde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapı geçerlilik kapsamında yapılan cinsiyetler arası karşılaştırmada kızlar ve erkekler arasında farklılık olduğu belirlenmiştir ($t=3.78$, $Sd: 281$, $p<.01$). Ölçeğin güvenilirliği için testin tekrarı yöntemiyle korelasyon katsayısı ($r= 0.78$; $p<.01$), Cronbach Alfa katsayısı ile de iç tutarlığı ($.85$) hesaplanmıştır. Elde edilen tüm bulgular Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin, gençlerin ve yetişkinlerin duygusal farkındalığını belirlemede kullanılabilir bir ölçek olduğunu göstermektedir.

AFA sonuçlarına göre, öz değer sonuçları varyansın (ölçeğin ölçmeyi plânladığı değişkenin) %27'sini açıkladığını göstermektedir. Bilindiği gibi tek faktörlü ölçeklerde açıklanan varyansın %30 ve daha fazla olması yeterli görülmektedir (Büyükoztürk, 2007). Bununla birlikte bu ölçek maddeleri kişinin hem kendi duygusunu hem de diğer kişinin duygusunu çeşitli seviyelere göre

ölçmeyi 20 maddelik amaçlamaktadır. Madde olarak ifade edilen sorular aynı zamanda birer senaryodur ve her bir senaryo birbirinden farklı durumları göz önünde bulundurarak tek boyutlu bir yapıyı ölçmeye çalışmaktadır. Bu kadar geniş bir yapıyı ölçmeye çalışan faktör yapısının kompleks çıkması, diğer bir ifadeyle birinci faktörün dışında açıklama gücü düşük olan diğer faktörlerin ortaya çıkması ve maddeler arasındaki ortak varyansın orta düzeyde olması beklendiği bir durum olarak düşünülmektedir. Bu durumun muhtemel bir sonucu olarak ölçekle ilgili diğer araştırmaların hiç birinde faktör analizi çalışmasına rastlanmamıştır. Diğer yandan tek boyutta % 27'lik bir varyansın açıklanması, söz konusu yapının tek boyutlu olduğuna dair önemli bir göstergedir. Sonuç olarak elde edilen bu bulgu ölçeğin faktör yapısına ilişkin olumsuz bir durumu yansıtmaktan ziyade tek boyutluluğu destekleyici ilk bulgu olarak sunulmaktadır.

Psikolojik sağlığı yordayan değişkenlerden birisi olduğu ileri sürülen duygusal farkındalığı (Charry ve ark., 2004; Lundh ve ark., 2002; Salovey ve ark., 1995; Subic-Wrena, 2004) belirlemek, hem psikolojik danışma ve rehberlik uygulamalarında hem de konuyla ilgili yapılacak araştırmalarda yeni bir bakış açısı sağlayacaktır. Alan yazında konuyla ilgili araştırmaların yetersizliği göz önüne alındığında, duygusal farkındalığın iletişim becerisi, sosyal destek, anne baba tutumları, benlik saygısı ve psikolojik ihtiyaçlar gibi değişkenlerle ilişkisinin araştırılması önerilebilir. Ayrıca bundan sonra yapılacak çalışmalarda duygusal

farkındalığın psikolojik sağlık ya da psikopatoloji ile ilişkisinde aracı değişkenler (mediator) olup olmadığı araştırılabilir. Duygusal farkındalığın düşünce ve davranışlarla ilişkisini kuran araştırmaların özellikle psikolojik danışma uygulamalarına katkısı olacağı düşünülmektedir. Konuyla ilgili çalışmalar büyük ölçüde betimsel çalışmalardır (Cicchetti, Ackerman ve Izard, 1995; Croyle ve Waltz, 2002; Feldman-Barrett, ve ark., 2000; Lane ve ark., 1998; Novick-Kline ve ark., 2005). Bu noktadan hareketle, deneysel çalışmalar yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Araştırma, bu araştırmada çalışılan örneklem grubuyla sınırlıdır. Ayrıca, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin aynı gruba ait veri tabanında gerçekleştirilmesi araştırmanın bir diğer sınırlılığdır. Sonuçlar bu örneklem grubu için yeterli psikometrik özellikler ortaya koysa da farklı örneklem ve yaş gruplarına yönelik çalışmaların yapılmasına gereksinim vardır.

KAYNAKLAR

Berkowitz, M. R., Jaffee, S., Joe, E. ve Troccoli, B. T. (2000). On the correction of feeling-induced judgmental biases. In J. P. Forgas (Ed.), *Feeling and thinking: The role of affect in social cognition*. New York: Cambridge University Press.

Bridge, B. (2003). *Siz olsaydınız ne yapardınız? Duyguların eğitimi*. İstanbul: Beyaz Yayınları.

Brems, C. (1988). Dimensionality of empathy and its correlates. *The Journal of Psychology*, 123(4), 329-337.

Charry, W., Campell, H., Bydlowski, S., Chevallier, J. ve Consoli, S. M. (2004). Emotional Awareness and social anxiety in obese patients waiting for gastric banding surgery. *Journal of Psychosomatic Research*, 25, 581-673.

Ciarrochi, J., Caputi, P. ve Mayer, J. D. (2003). The distinctiveness and utility of a measure of trait emotional awareness. *Personality and Individual Differences*, 34, 1477-1490.

Ciarrochi, J., Hynes, K. ve Crittenden, N. (2005). Can men do better if they harder: Sex and emotional effects on emotional awareness. *Cognition and Emotion*, 19(1), 133-141.

Cicchetti, D.; Ackerman, B.P. ve Izard, C.E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychology. *Developmental and Psychopathology*, 1, 1-10.

Croyle, K.L. ve Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples' relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28 435-444.

Feldman-Barrett, L., Lane, R. D., Sechrest, L. ve Schwartz, G. E. (2000). Sex differences in emotional awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(9), 1027-1036.

Feldman-Barrett, L., Gross, J., Corner-Christensen, T. ve Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 15, 713-724.

- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Fujita, F., Diner, E. ve Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 427-434.
- Galves, A. O. (1997). *An experiment in psychological wellness*. The Graduate School of the Union Institute.
- Greenberg, L. S. (2002). Integrating an emotions-focused approach to treatment into psychotherapy integration. *Journal of Psychotherapy Integration*, 12, 154-189.
- Jöreskog, K. G. ve Sörbom D. (1993) *Lisrel 8: Structural equation modeling with SIMPLIS command language*. Lincolnwood, IL: Scientific Software International.
- Jöreskog, K.G. ve Sörbom, D. (1999). *Lisrel 8.30 and Prelis 2.30*. In: Scientific Software International.
- Klem, L. (2000). Structural equation modeling. In: L. Grim, ve P. R. Yarnold, (Ed). *Reading and understanding more multivariate statistics* (pp. 227-259). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Köklü, N. ve Büyüköztürk, Ş. (2000). *Sosyal bilimler için istatistiğe giriş*. Ankara Pegem A Yayıncılık.
- Lane, R. D. ve Schwartz, G. E. (1987). Levels of emotional awareness: A cognitive - developmental theory and its application to psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 144, 133-143.
- Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A. ve Zeitlin, S. B. (1990). The levels of emotional awareness scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(1/2), 124-134.
- Lane, R. D., Kivley, L. S., Du Bois, M. A., Shamasundra, P. ve Schwartz, G. E. (1995). Levels of emotional awareness and the degree of right hemispheric dominance in the perception of facial emotion. *Neuropsychologia*, 33, 525-538.
- Lane, R.D., Sechrest, L., Riedel, R., Weldon, V. ve Kaszniak, A.W. (1996). Impaired verbal and nonverbal emotion recognition in alexithymia. *Psychosomatic Medicine*, 58, 203-210.
- Lane, R. D., Sechrest, L. ve Riedel, R. (1998). Sociodemographic correlates of alexithymia. *Comprehensive Psychiatry*, 39(6), 377-385.
- Lane, R. D., Sechrest, L., Riedel, R., Shapiro, D. ve Kaszniak, A. (2000). Pervasive emotion recognition deficit common to alexithymia and repressive coping style. *Psychosomatic Medicine*, 62, 492-501.
- Lundh, L. G., Johnsson, A., Sundqvist, K. ve Olsson, H. (2002). Alexithymia, memory of emotion, emotional awareness, and perfectionism. *Emotion*, 2(4), 361-379.
- Nachtigall C, Kroehne U, Funke F. ve Steyer R. (2003). (Why) Should we use SEM? Structural equation modeling. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 1-22.

- Mayer, J. D., Caruso, D. ve Salovey, P. (2000). Emotional intelligence meets traditional standards for intelligence. *Intelligence*, 27, 267
- Navaro, L. (1999). *Bir Cadı Masalı*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Novick-Kline, P., Turk, C. L., Mennin, D. S., Hoyt, E. A. ve Gallagher, C. L. (2005). Level of emotional awareness as a differentiating variable between individuals with and without generalized anxiety disorder. *Anxiety Disorders*, 19, 557-572.
- Pedhazur E.J. ve Pedhazur-Schmelkin L. (1991). *Measurement, design, and analysis: An integrated approach*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Saarni, C. (1997). Coping with aversive feelings. *Motivation and Emotions*, 21, 45-63.
- Salovey, P., ve Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. ve Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp.125-154). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping through emotional approach: Scale construction and validations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1150-1169.
- Simsek, O. F. (2007). *Yapısal Eşitlik modellemesine giriş temel ilkeler ve LISREL Uygulamaları*. Ankara: Ekinos Yayınları.
- Subic-Wrana, C. (2004). Effect of psychosomatic interment on emotional awareness. *Journal of Psychosomatic Research*, 56, 581-673.
- Swinkels, A. T. ve Gulliano, A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Monitoring and labeling one's states. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(9), 934-950.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (1996). *Using multivariate Statistics* (3 Ed.). New York: Harper Collins College Publishers.
- Taylor, G.J., Ryan D. P. ve Bagby, R.M. (1985). Toward the development of a new self report alexithymia scale. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 44, 191-199.

THE ADAPTATION OF THE LEVELS OF EMOTIONAL AWARENESS SCALE: VALIDITY AND RELIABILITY STUDIES

Yaşar KUZUCU*

The purpose of this study was to adopt Levels of Emotional Awareness Scale into Turkish. In this purpose, after the translation of scale from English to Turkish, the validity and reliability of Levels of Emotional Awareness Scale are examined. The samples of study consisted of 405 university students (95 female and 210 male) from different faculties of Ankara University in Ankara, Turkey.

LEAS is a performance measure of the articulation of emotional awareness and consists of 20 vignettes. Participants were asked to describe their own anticipated feelings, and those of the another people, in each of 20 scenarios. Scenarios were presented in two to four sentences each (e.g., "you and your best friend are in the same line of work. There is a prize given annually to the best performance of the year. The two of you work hard to win prize. One night the winner is announced – your friend. How would you feel? and How would your friend feel?"). Corresponding to these questions, each person's answer receives two separate scores for the emotion described; one for self and one for others (Lane et al. (1990). Highly structured scoring criteria were used to evaluate the degree of

differentiation and integration in the language used to describe the emotional responses to each scenario. Each scenario received a score of 0 to 5 corresponding to the cognitive developmental theory of emotional awareness that underlines the LEAS (Lane & Schwartz, 1987). Lane et al. (1990) posited five levels of emotional awareness, each level representing a hierarchical increase in differentiation and integration from previous level. The LEAS is based on a developmental theory proposed by Lane et al. (1990). Emotional experience is said to become more differentiated and integrated with development, such that the representations of emotional states move from implicit to explicit form.

Explanatory Factor analysis, Pearson Correlation Coefficients and t-tests were performed using SPSS. Confirmatory Factor Analysis was performed using LISREL.

RESULTS

Several methods were used to determine reliability of the LEAS. In order to determine the construct validity of LEAS, Exploratory and Confirmatory Factor Analyses were conducted.

* Dr. Yasar Kuzucu, Misafir Arastirmaci (Visiting Scholar) Human Development & Family Science, Oregon State University, 220 Bates Hall, Corvallis, OR 97331 USA, yasarku@yahoo.com

For Exploratory Factor Analysis (EFA), a principal axis method was conducted. The obtained data were examined for factorial structure and factorial weights of the items. Consistent with the theoretical background of the scale, the scree-plot implied that the variance in the data can be explained by one factor. Confirmatory factor analysis (CFA) with Maximum Likelihood estimation method was performed on the data and confirmed unidimensionality. Both factor analyses (Exploratory and Confirmatory Factor Analysis) indicated that revised Levels of Emotional Awareness Scale might be considered as one-dimensional.

To test concurrent validity of the LEAS was studied by calculating its correlation with Empathy Skill Scale (ESS). LEAS was correlated with ESS significantly ($r = .50$; $p < .01$). As discriminant validity, males and females were compared on their respective LEAS scores. The results showed that gender groups significantly differentiated from each other on the LEAS scores ($t = 3.78$; $Df = 28$; $p < .01$). Test-retest reliability coefficients for LEAS was calculated. Test-retest reliability coefficient for three weeks interval was quite sufficient ($r = .78$; $p < .01$). Internal consistency (Cronbach's alpha) for LEAS was found .85.

DISCUSSION

Reliability studies showed that the scale has a stable construct indicated by good test-retest correlation. Reliability coefficients are consistent with previous research findings (Feldman-Barrett

et al., 2000; Lane et al., 1990, 1995, 1996). To examine concurrent validity of LEAS, correlation with the Empathy Skill Scale was examined and LEAS correlated with this scales. Taken together with other indications of construct validity, the EFA and CFA results can support unidimensional validity for the Turkish translation of this scale. In EFA models, the 1st component explained almost 27% of the variance. A higher percent of explained variance might be desired, but given that emotional awareness is a broad construct, and that there were 20 items, this percentage is acceptable. As a result finding shows that, this scale can be used to with acceptable level of validity and reliability for Turkish undergraduate students. Based on the results of this study, it is safe to conclude that the LEAS possess satisfactory psychometric properties as a measure of emotional awareness with undergraduate students. Although the result of this study revealed sufficient psychometric properties for this sample, there needs to be further studies with different samples and age groups.