

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türkçeye Uyarlama Çalışması

Zeynep PEKİN¹, Mehmet Engin DENİZ²

Öz: Bu araştırmanın amacı, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışmasının yapılmasıdır. Veriler uygun örnekleme yöntemiyle Yeditepe Üniversitesi öğrencilerinden toplanmıştır. Araştırma dört aşamada gerçekleştirilmiştir. Dil geçerliği (Çalışma I, n=77), AFA (n=221) ve DFA (n=220) aracılığıyla yapı geçerliği (Çalışma II), uygunluk geçerliği (Çalışma III, n=441) ve güvenirlik (Çalışma IV, n=441) çalışmaları yapılmıştır. AFA ve DFA sonuçlarına göre, Türkiye örnekleminde orijinal ölçekte olduğu gibi iki faktörlü yapı desteklenmiştir. 27 madde toplam varyansın %50'sini açıklamıştır. Uyum indeksleri, iyi model uyumuna karşılık gelmiştir. Ölçeğin öz-anlayış ve sosyal karşılaştırma ile arasındaki korelasyonların anlamlı olduğu görülmüştür. Ayrıca güvenirlik çalışmalarının bulgularına göre, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türkiye'de psikologlar, psikolojik danışmanlar gibi uygulayıcılar ve araştırmacılar tarafından kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Yetersizlikten Kaçınma Çabası, Güvensiz Çabalama, Güvenli Kabul, Yetersizlik Duygusu, Ölçek Uyarlama

Adaptation of the Striving to Avoid Inferiority Scale into Turkish

Abstract: The purpose of the current study is to adapt the Striving to Avoid Inferiority Scale (SAIS) into Turkish. Data were collected from undergraduate students at Yeditepe University using the convenience sampling method. Psychometric properties of SAIS were tested in four phases. Language validity (Study I, n=77), construct validity (Study II) via EFA (n=221) and CFA (n=220), concurrent validity (Study III, n=441) and reliability (Study IV, n=441) studies were conducted. According to EFA and CFA results, the two-factor structure as in the original scale was supported in the Turkish sample. 27 items explained 50% of total variance. Fit indices indicated a good model fit. The SAIS was found to be significantly correlated with self-compassion and social comparison. Findings of reliability studies pointed out high level of reliability. It was concluded that the Turkish version of SAIS is a valid and reliable instrument that can be used by both practitioners and researchers.

Keywords: Striving to Avoid Inferiority, Insecure Striving, Secure Non-striving, Inferiority Feeling, Scale Adaptation

*Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazarın danışmanlığında yürüttüğü doktora tezinden üretilmiştir.

Geliş Tarihi: 04.01.2023

Kabul Tarihi: 12.03.2023

Makale Türü: Araştırma Makalesi

¹ Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, İstanbul, Türkiye, e-posta: zeyneppekin3@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9976-1218>

² Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, İstanbul, Türkiye, e-posta: edeniz@yildiz.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7930-3121>

Atf için/ To cite:

Pekin, Z., & Deniz, M. E. (2023). Yetersizlikten kaçınma çabası ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması. *Yaşadıkça Eğitim*, 37(2), 428-440. <https://doi.org/10.33308/26674874.2023372569>

Adler'e göre, insan olmak yetersiz hissetmek demek olduğu için yetersizlik duygusu evrenseldir. Erken çocukluk döneminde başlayan ve ölüncüye kadar devam eden bu duygu, insan davranışları için motive edici bir güçtür. Bireyler kendilerini yetersiz hissettiklerinde, kendilerini üstün hissettikleri duruma yönelerek zorlukların üstesinden gelmeye çalışırlar (Ansbacher & Ansbacher, 1956). Kişinin kendisine yönelik üstünlük ya da yetersizlik algısını oluşturma süreci yaptığı sosyal karşılaştırmalarla oldukça ilişkilidir (Gilbert ve diğerleri, 1995; Pratto ve diğerleri, 1994; Walton ve diğerleri, 2020). Bireyler çoğunlukla başarı, güç, sosyal çekicilik, yetenek gibi konularda sosyal karşılaştırma yaparlar (Allan & Gilbert, 1995; Wetherall ve diğerleri, 2019). Bu karşılaştırmaların kaynağı ne olursa olsun bireyler için, hissedilen yetersizlik duygusu ve bunun sonucunda oluşan başkaları tarafından reddedilme korkusu kaçınılmazdır (Gilbert ve diğerleri, 2007). Ancak insanların bu yetersizlik duygusuna yaklaşım biçimleri ve buna bağlı olarak sergiledikleri davranışlar farklılık gösterebilmektedir.

Sosyal ilişkilerinde güvende hissetmeyen bireyler, başkaları tarafından dikkate alınmama ya da reddedilme kaygılarına bağlı olarak yetersizlikten kaçınma çabası içine girebilirler. Buna karşın sosyal ilişkilerinde kendilerini güvende hissedenler, diğerlerini yargısız kabul eden bireyler olarak algırlar. Ne olursa olsun kabul edileceklerini düşündükleri için de yetersiz olmaktan ya da hata yapmaktan korkmazlar (Bowlby, 1980; Gilbert ve diğerleri, 2009). Sosyal ilişkilerde güvende hissetme/hissetmeme ile yetersizlik arasındaki bu ilişkinin kavramsallaştırılması için Gilbert ve diğerleri (2007), iki alt ölçekten oluşan "Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğini (YKÇÖ) geliştirmişlerdir. İlk alt ölçek olan "güvensiz çabalama", sosyal onay alma amacıyla yetersizlikten kaçınmak için rekabet etme zorunluluğunu ifade etmektedir. İkinci alt ölçek olan "güvenli kabul" ise bireylerin, başarılı olsalar da olmasalar da her durumda başkalarının onlara değer vereceğine dair inançlarını temsil etmektedir.

Gilbert ve arkadaşlarının bu kavramsallaştırması, Dykman (1998) tarafından geliştirilen hedef yönelimi modeliyle benzerlikler içermektedir. Bu modelde, yetersizlikten kaçınma amacıyla başarı için çabalama ile başkalarının onayını alma arasındaki ilişkiye vurgu yapılmaktadır. Dykman (1998) iki tür hedef yöneliminden bahsetmiştir: gelişim arayışı ve onay arayışı. Gelişim arayışında olanların temel motivasyonu, öğrenmek ve gerçek potansiyellerine ulaşmaktır. Olumsuz sonuçlarla karşılaştıklarında korkmazlar çünkü onları, ders çıkarabilecekleri, yeni şeyler öğrenebilecekleri bir fırsat olarak algırlar. Öte yandan onay arayışında olanların temel motivasyonu, başkalarına ve kendilerine değerli ve sevebilir olduklarını kanıtlamaktır. Bu tür bir dışsal motivasyon, olumsuz sonuçla karşılaşan onay arayışındaki bireyler için değersizlik ve yetersizlik anlamına gelir ve bu da görevlerinden vaz geçme ile sonuçlanır. Bu kişiler, yetersizliklerini çağrıştıran eleştirilerden kaçınarak kendi değerlerini kanıtlamaya çalışırlar. Bu açıdan onay arayışı ile güvensiz çabalama birbiriyle ilişkilidir. Benzer şekilde, gelişim arayışı ile güvenli kabul de birbiriyle bağlantılı kavramlardır. Çünkü gelişim arayışında olanlar, başarısızlıklarını kendi değersizlik veya yetersizliklerinin bir işareti gibi algılamak yerine; kişisel gelişimleri için bir fırsat olarak görürler. Bu nedenle başarısız olmaktan da korkmazlar (Dykman, 1998; Gilbert ve diğerleri, 2007).

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeği literatürde farklı değişkenlerle çalışılmıştır. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, sadece başarılı hissettiği zamanlarda değil, başarısız hissettiği zamanlarda da kendini sosyal ilişkilerinde güvende ve değerli hissetmekle ilişkili olan güvenli kabul, öz-anlayış ile pozitif yönde ilişkilidir (Santos, 2020; Swami ve diğerleri, 2021). Benzer şekilde, güvenli kabul düzeyi arttıkça, yüksek puanların olumlu benlik algısını ifade ettiği sosyal karşılaştırma düzeyi de artmaktadır. Öte yandan stres, kaygı, depresyon, boyun eğici davranışlar daha az gözlenmekte (Gilbert ve diğerleri, 2007; Gilbert ve diğerleri, 2009), utanç (Santos, 2020), kendine zarar verme, kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyi azalmaktadır (Gilbert ve diğerleri, 2009). Ayrıca bireylerin güvenli kabul düzeyleri arttıkça problemlili yeme davranışları (Bellew ve diğerleri, 2006), beden memnuniyetsizliği (Ferreira ve diğerleri, 2013), içselleştirilmiş kilo ön yargıları, görünüşleriyle ilgili medya, aile ve arkadaşlarından hissettikleri baskı düzeyleri de azalmaktadır (Swami ve diğerleri, 2021).

Başkaları tarafından değer görmek için yetersizlikten kaçınmaya çalışmakla ilişkili olan güvensiz çabalama düzeyi arttıkça, stres, kaygı, depresyon, boyun eğici davranışlar (Gilbert ve diğerleri, 2007; Gilbert ve diğerleri, 2009); kendine zarar verme, utanç, kaygılı ve kaçınan bağlanma (Gilbert ve diğerleri, 2009),

görünüş kaygısı (Bellew ve diğerleri, 2006) ve dışsal utanç düzeyleri de artmaktadır (Mendes & Ferreira, 2020). Öte yandan öz-anlayış (Santos, 2020; Walton ve diğerleri, 2020) ve düşük puanların olumsuz benlik algısına işaret ettiği sosyal karşılaştırma düzeyleri azalmaktadır (Bellew ve diğerleri, 2006; Gilbert ve diğerleri, 2007; Gilbert ve diğerleri, 2009).

Literatürde bu çalışmalara ek olarak, güvensiz çabalamanın yeme davranışları üzerindeki etkisinin farklı değişkenlerle araştırıldığı çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, Ferreira ve diğerleri (2013), güvensiz çabalama düzeyi yüksek olan kadınların kiloyla ilgili endişelerinin daha fazla olduğunu ve başkaları tarafından takdir edilmek için zayıf olmaya daha fazla önem ettiklerini vurgulamıştır. Duarte ve diğerleri (2020), şefkat korkusu ile düzensiz yeme davranışları arasındaki ilişkide güvensiz çabalama ve kısıtlayıcı yeme davranışlarının etkisini araştırmıştır. Bulgular, şefkat korkusu yüksek olan kadınların kısıtlayıcı yeme davranışı gibi güvensiz çabalama stratejilerine başvurduğunu, bunun da düzensiz yeme davranışlarına sebebiyet verdiğini göstermiştir. Benzer şekilde, Bellew ve diğerleri (2006) de güvensiz çabalamanın yeme davranışları üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre, bireylerin güvensiz çabalama düzeyleri arttıkça depresyon, yeme bozuklukları belirtileri ve görünüş kaygısı düzeyleri artmıştır.

Eğitim alanında da güvensiz çabalamanın farklı değişkenlerle ilişkilerinin incelendiği araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin, To ve diğerleri (2021), güvensiz çabalama ile akademik erteleme arasındaki ilişkide stres ve öz kontrolün aracılık rollerini araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, güvensiz çabalayan bireylerin stres düzeyleri artmakta, böylece öz kontrol düzeyleri düşmektedir. Bunun sonucunda da daha çok akademik erteleme davranışı sergilemektedirler. Başka bir çalışmada ise Santos (2020), performans-kaçınma hedef yönelimi ile sınav kaygısı arasındaki ilişkide güvensiz çabalama, utanç ve öz-anlayışın aracılık etkisini araştırmıştır. Araştırma bulguları, performans-kaçınma hedef yönelimli öğrencilerin güvensiz çabalama, utanç ve düşük öz-anlayış düzeyleri aracılığıyla sınav kaygısı yaşayabileceklerini göstermiştir.

Türkçe alan yazınında yetersizlik duygusu ile ilgili iki ölçek bulunmaktadır. Bunlardan ilki, Akdoğan ve Ceyhan (2014) tarafından geliştirilen Yetersizlik Duygusu Ölçeğidir. Bu ölçekle yapılan çalışmalar incelendiğinde, bireylerdeki yetersizlik duygusu arttıkça güvensiz bağlanma, yalnızlık (Akdoğan, 2017) ve saldırganlık (Kızıldaş, 2017) düzeylerinin arttığı bulunmuştur. Yetersizlik duygusu yaşayan bireylerin, mükemmeliyetçilik gibi irrasyonel inançlara daha çok sahip olduğu ve problemlerini internet kullanımına yöneldiği görülmüştür (Ergun-Basak & Aydın, 2019). Bunlara karşın yetersizlik duygusu düzeyi arttıkça genel aidiyet duygusu (Kılıç & Öksüz, 2020), yaşam doyumu (Fırat & Güngör, 2021), kariyer geleceğine ilişkin olumlu algılar (Akman, 2022) ve bilişsel esneklik düzeyleri azalmıştır (Şahin & Arslan, 2021). İkinci ölçek ise Derin ve Şahin (2021) tarafından Türkçeye çevrilen Adleryan Aşağılık ve Üstünlük Kompleksi Ölçeğidir. Bu ölçeklerin her ikisi de yetersizlik duygusunu ölçmek amacıyla kullanılmaktadır.

Her bireyin yetersizlik duygusunu deneyimlediği düşünülürken, bu kavramın düzeyinin belirlenmesi ve diğer kavramlarla arasındaki ilişkilerin incelenmesi oldukça önemlidir. Ayrıca bireylerin yetersizlik duygularıyla ilişkili davranışları da bir o kadar araştırmaya değer bir konudur. Örneğin, bazı insanlar yetersizlik duygusunu motive edici bir güç olarak algılayıp negatif baskısını çok fazla hissetmezler. Dolayısıyla, bu bireyler kendilerine ve başkalarına yönelik daha şefkatli davranışlar sergilerler. Öte yandan, bazı insanlar başkaları tarafından reddedilmek gibi olası sonuçlarından korktukları için yetersizlik duygusunun negatif baskısını hissederler. Bunun sonucunda da hissettikleri yetersizlikten kaçınmak amacıyla daha rekabetçi davranışlar sergileyebilirler (Gilbert, 2003; Gilbert ve diğerleri, 2007). Bir başka deyişle, bireylerin yetersizlik duygusunu algılama biçimleri farklı davranışlar sergilemelerine neden olabilmektedir. Bu nedenle “yetersizlikten kaçınma çabası” ile ilgili inançların belirlenmesi, bireylerin sosyal ilişkilerinde kendilerini güvende hissetme/hissetmeme durumlarını ve rekabetçi davranışlarının altında yatan motivasyonları anlamak açısından oldukça önemlidir. Ancak ulusal literatürde yetersizlikten kaçınmak için rekabet etme baskısını ve bu baskının yokluğunda hissedilen kabul edilmişlik/güven duygusunu ölçen bir ölçek bulunmamaktadır.

Bu nedenle bu çalışmanın amacı, Gilbert ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilen “Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeği”nin Türkçeye uyarlanmasıdır. Bu çalışma ile psikoloji (örn. mükemmeliyetçilik, kaygı,

depresyon vd.), eğitim (örn. erteleme, sınav kaygısı vd.), sağlıkla ilgili davranışlar (örn. duygusal yeme, yeme bozuklukları vd.) ve sosyal medya araştırmaları (örn. sosyal medya bağımlılığı, sosyal medyada görünüş kaygısı vd.) gibi farklı disiplinlerdeki alan yazınlarına katkı sağlanacağı umulmaktadır.

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeği, Gilbert ve diğerleri (2007) tarafından yetersizlikten kaçınma çabasına ilişkin inançları ölçmek amacıyla geliştirilen 5'li Likert tipi bir ölçektir. 0 = asla 4 = her zaman şeklinde puanlanan ölçek, toplam 31 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte iki alt ölçek yer almaktadır. Güvensiz çabalama alt ölçeği 19 maddeden oluşurken, güvenli kabul alt ölçeği 12 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, Maksimum Olabilirlik ve promax (eğik) döndürme işlemi ile AFA aracılığıyla elde edilmiştir. Maddelerin faktör yükleri güvensiz çabalama alt ölçeği için .46 ile .79 aralığında, güvenli kabul alt ölçeği için ise .35 ile .79 arasında bulunmuştur.

Güvensiz çabalama ve güvenli kabul alt ölçekleri için test-tekrar test güvenilirlik katsayıları sırasıyla .84 ve .69 olarak saptanmıştır. Güvensiz çabalama için Cronbach alfa katsayısı .92 iken güvenli kabul için .87 çıkmıştır. Ölçeğin uygunluk geçerliğini sınamak için hedef yönelimi, aşırı rekabetçi tutum, sosyal karşılaştırma, boyun eğici davranışlar, depresyon, kaygı ve stres ölçekleri kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre güvensiz çabalamanın, onay arayışı, aşırı rekabetçi tutum, boyun eğici davranış, depresyon, kaygı ve stres ile pozitif yönde ilişkili; gelişim arayışı ve sosyal karşılaştırma ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Güvenli kabulün ise onay arayışı, aşırı rekabetçi tutum, boyun eğici davranış, depresyon, kaygı ve stres ile negatif yönde ilişkili; gelişim arayışı ve sosyal karşılaştırma ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Gilbert ve diğerleri, 2007).

Çalışma I: Dil Geçerliği

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu yaşları 21 ile 55 arasında değişen ($X = 32.44$, $Ss = 7.24$) 77 İngilizce öğretmeni (%68 kadın, %32 erkek) oluşturmuştur. Araştırma grubuna seçilen kişilerin, benzer özelliklerdeki diğer kişilere ulaşması yoluyla gerçekleştirilen kartopu örnekleme yöntemi (Biernacki & Waldorf, 1981) kullanılmıştır.

İşlem

Dil geçerliği iki aşamada test edilmiştir. İlk aşamada ölçeğin çeviri işlemi gerçekleştirilmiştir. Ölçek ilk olarak araştırmacı ve İngilizce Öğretmenliği Bölümünden bir öğretim üyesi tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalından dört öğretim üyesi tarafından ayrı ayrı kontrol edilmiş ve kavramsal olarak gerekli değişiklikler yapılmıştır. Sonrasında, Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği Bölümünden bir öğretim üyesi tarafından maddelerin Türkçe dil ve anlam bilgisine dair kontrolleri yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe son versiyonu, İngilizce Öğretmenliği Bölümündeki başka bir öğretim üyesi tarafından İngilizceye geri çevrilmiştir. Geri-çeviri formu, ölçeği geliştiren yazar tarafından kontrol edilmiştir. Ölçeği geliştiren yazardan alınan onay ile, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin çeviri aşaması tamamlanmıştır.

İkinci aşamada ise ölçeğin orijinal İngilizce versiyonu ve Türkçe versiyonu İngilizce öğretmenlerine iki hafta arayla uygulanmıştır.

Bulgular

Ölçeğin İngilizce ve Türkçe versiyonları arasındaki korelasyon katsayıları güvensiz çabalama alt ölçeği için .83, güvenli kabul alt ölçeği için .82 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre, ölçeğin Türkçe versiyonunun orijinal versiyonuna eşdeğer olduğu kabul edilmiştir.

Çalışma II: Yapı Geçerliği

Yöntem

Çalışma Grubu

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin yapı geçerliğini test etmek için açımlayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) iki bağımsız çalışma grubu ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. AFA, Yeditepe Üniversitesinde okumakta olan 221 üniversite öğrencisi (%75,6 kadın, %24,4 erkek; yaşları $X = 21.23$, $Ss=2.95$) ile yapılmıştır. DFA ise Yeditepe Üniversitesinde okumakta olan 220 üniversite öğrencisi (%59,5 kadın, %40,5 erkek; yaşları $X = 21.18$, $Ss=2.73$) ile yapılmıştır.

İşlem

AFA öncesinde, verilerin normalliği, doğrusallığı ve uç değerlerin yokluğu doğrulanmıştır. Ayrıca, faktör analizinin varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığının belirlenebilmesi için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's Test of Sphericity (BTS) testleri yapılmıştır. KMO değerinin .60'tan büyük olması ve BTS'nin istatistiksel olarak anlamlı olması verilerin AFA'ya uygun olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2015). KMO değeri .93 bulunmuştur. BTS sonucu ise bu çalışma için istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır. Veriler gerekli koşulları karşıladığı için faktör yapısının belirlenmesi amacıyla SPSS 25 programı kullanılarak AFA uygulanmıştır. Sonrasında, AFA ile elde edilen yapının doğruluğunun test edilebilmesi için DFA yapılmıştır. DFA için Lisrel 8.7 programı kullanılmıştır. Bu çalışmada, DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği istatistiklerinden χ^2/sd , RMSEA, NNFI, CFI ve SRMR'den yararlanılmıştır.

Bulgular

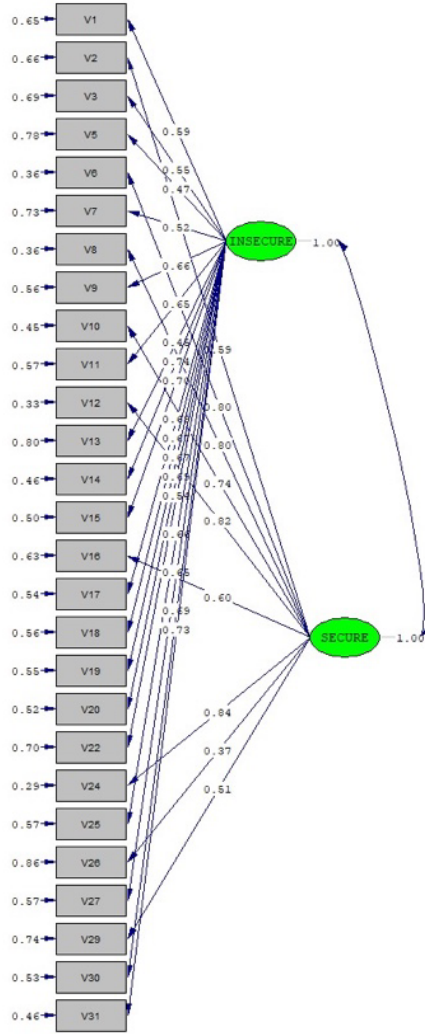
Açımlayıcı Faktör Analizi

AFA yapılırken temel eksenler analizi (principal axis factoring) ve eğik döndürme yöntemi olan direct oblimin kullanılmıştır. Faktörlerin birbirleriyle ilişkili olduğu düşünüldüğünde eğik döndürme yöntemi kullanılmaktadır (Costello & Osborne, 2005). Analiz sonucunda, öz değeri birin üzerinde olan üç faktör elde edilmiştir. Bu faktörlerin açıkladıkları varyans oranları sırasıyla %34,34, %12,27 ve %3,59'dur. Kalaycı'ya (2006) göre, eklenen her bir faktörün açıkladığı varyans oranı %5'in altına düştüğünde maksimum faktör sayısına ulaşılmış olarak kabul edilebilir. Diğer bir deyişle, her bir faktörün toplam varyansa katkısı %5'in üzerinde olmalıdır. Buna göre, üçüncü faktörün açıkladığı varyans oranı %5'in altında olduğundan, bu çalışma iki faktörlü olarak kabul edilebilir. Ayrıca faktör sayısına karar verilirken önceki kuram ve araştırmalar da göz önünde bulundurulmalıdır (Fabrigar ve diğerleri, 1999). Eksik faktör çıkarımı, bilgilerin kaybına neden olabilirken, fazla faktör çıkarımı ise açıkladığı varyans oranı düşük faktörlerin elde edilmesine neden olabilir (Zwick & Vlicer, 1986). Bu çalışmanın bir uyarılma çalışması olduğu ve yukarıda bahsedilen durumlar dikkate alınarak, faktör sayısı ikiye zorlanmıştır.

Tabachnick ve Fidel (2001)'e göre, her bir maddenin faktör yükü .32'nin üzerinde olmalıdır. Bu nedenle, bu çalışmada faktör yükü .32'nin altında olan dört madde ölçekten çıkarılmıştır. Yeniden yapılan analiz sonuçları, öz değeri 9.79 olan birinci faktörün (güvensiz çabalama) açıkladığı varyans oranının %36,26 ve öz değeri 3.69 olan ikinci faktörün (güvenli kabul) açıkladığı varyans oranının %13,66 olduğunu göstermiştir. 27 madde toplam varyansın %50'sini açıklamıştır. Güvensiz çabalama alt ölçeğindeki maddelerin faktör yükleri .38 ile .82 arasında değişirken, güvenli kabul alt ölçeğindeki maddelerin faktör yükleri .42-.87 aralığında çıkmıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi

AFA'dan elde edilen Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin iki faktörlü yapısını doğrulamak için DFA yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonunun yol diyagramı Şekil 1'de sunulmuştur.



Şekil 1. Yetersizlikten Kaçınma Çabası ölçek maddelerinin standardize edilmiş faktör yük değerleri

Şekil 1'de görüldüğü üzere, güvensiz çabalama için standardize edilmiş faktör yükleri .45 ile .74 arasında, güvenli çabalama için ise .37 ile .84 arasında değişmiştir. Ayrıca maddelerin t değerleri istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır ($p < .01$). Uyum indeksleri şu şekilde bulunmuştur: $\chi^2/df=2.5$; CFI=.95; NNFI=0.94; RMSEA=.08; SRMR:.08. RMSEA \leq .08 ve NNFI \geq .90 kabul edilebilir model uyumunu temsil etmektedir (Sümer, 2000). SRMR \leq .08 kabul edilebilir model uyumu olarak değerlendirilirken, CFI \geq .95 iyi model uyumunun bir göstergesi olarak kabul edilebilir (Hu & Bentler, 1999). $\chi^2/df < 3$ de iyi model uyumunu göstermektedir (Kline, 2010). AFA ve DFA sonuçlarına göre, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeği için orijinal çalışmada olduğu gibi Türkiye örnekleminde de iki faktörlü yapı desteklenmiştir.

Çalışma III: Uygunluk Geçerliği

Yöntem

Çalışma Grubu

Uygun örnekleme yönteminin kullanıldığı uygunluk geçerliği çalışması, Yeditepe Üniversitesinde okumakta olan 441 lisans öğrencisi (%67,6 kadın, %32,4 erkek; yaşları $X=21.21$, $Ss=2.84$) ile gerçekleştirilmiştir.

İşlem

Uygunluk geçerliğinin test edilebilmesi için yetersizlikten kaçınma çabası ile öz-anlayış ve sosyal karşılaştırma arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Öz-anlayış Ölçeği:

Neff (2003b) tarafından geliştirilen Öz-anlayış Ölçeği, Deniz ve diğerleri (2008) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, 24 maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçektir. Uyarlama çalışmasında .89 bulunan Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı, bu çalışmada .92 bulunmuştur.

Sosyal Karşılaştırma Ölçeği:

Gilbert ve Trent (1991) tarafından beş maddelik bir ölçek olarak geliştirilen Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, bireylerin başkaları ile karşılaştırdıklarında kendilerini nasıl algıladıklarını ölçmektedir (akt., Şahin ve Şahin, 1992). Uyarlama çalışması Şahin ve Şahin (1992) tarafından bazı maddeler eklenerek yapılmıştır. Ölçeğin son hali iki kutuplu toplam 18 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılardan kendilerini altı işaretleme noktası olan bir çizgi üzerinde derecelendirmeleri istenmektedir. Yüksek puanlar olumlu benlik algısını, düşük puanlar ise olumsuz benlik algısını işaret etmektedir. Cronbach alfa katsayısı uyarlama çalışmasında .79 ve bu çalışmada .90 olarak bulunmuştur.

Bulgular

Analiz sonuçları, öz-anlayış ile güvenli kabul arasında pozitif bir korelasyon ($r = .41, p < .01$), öz-anlayış ile güvensiz çabalama arasında ise negatif bir korelasyon ($r = -.37, p < .01$) olduğunu göstermiştir. Ayrıca sosyal karşılaştırma ile güvenli kabul arasında pozitif bir ilişki ($r = .47, p < .01$), sosyal karşılaştırma ile güvensiz çabalama arasında ise negatif bir korelasyon ($r = -.20, p < .01$) bulunmuştur.

Çalışma IV: Güvenirlik

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin güvenilirlik çalışmaları kapsamında, düzeltilmiş madde-toplam korelasyon analizleri yapılmış, Cronbach alfa ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Test-tekrar test güvenilirlik analizi 83 üniversite öğrencisi (%83,1 kadın, %16,9 erkek; yaşları $X = 21.48$, $Ss = 2.13$) ile yapılmıştır. Cronbach alfa katsayısının hesaplanması ve düzeltilmiş madde-toplam korelasyon analizleri uygunluk geçerliğinin test edildiği aynı çalışma grubu (441 lisans öğrencisi (%67,6 kadın, %32,4 erkek; yaşları $X = 21.21$, $Ss = 2.84$)) ile gerçekleştirilmiştir.

İşlem

Test-tekrar test güvenilirlik katsayısının elde edilebilmesi için ölçek, üniversite öğrencilerine iki hafta arayla iki kez uygulanmıştır. İlgili katsayıların elde edilmesinde Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır. Araştırmada önce Cronbach alfa katsayıları kontrol edilmiş ve yeterli düzeyde oldukları belirlenmiştir. Sonrasında geçerlik çalışmaları yürütülmüş ve ölçekten çıkarılması gereken maddeler belirlenmiştir. Ölçeğin son hali ile Cronbach alfa katsayıları tekrar hesaplanmış ve düzeltilmiş madde-toplam korelasyon analizleri yapılmıştır.

Bulgular

Güvensiz çabalama ve güvenli kabul alt ölçekleri için, test-tekrar test güvenilirlik katsayıları sırasıyla .81 ve .80, Cronbach alfa katsayıları ise sırasıyla .92 ve .90 olarak hesaplanmıştır. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları güvensiz çabalama alt ölçeği için .46 ile .75 arasında, güvenli kabul alt ölçeği için ise .42 ile .79 arasında bulunmuştur. Büyüköztürk (2015)'e göre, madde-toplam korelasyonlarının .30'dan büyük olması ve Cronbach alfa katsayılarının .70'ten yüksek olması yeterli düzeyde iç tutarlılık güvenilirliğini işaret etmektedir. Araştırma sonuçları, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir.

Tartışma

Bu araştırmada Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesinin ardından, 77 İngilizce öğretmeninin katılımıyla dil geçerliği çalışması yapılmıştır. Ölçeğin orijinal versiyonu ile Türkçe versiyonu arasında .80'den yüksek korelasyon katsayıları elde edilmiştir. Buna göre, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türkçe versiyonunun dil geçerliği açısından orijinal versiyonuna eşdeğer olduğu kabul edilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliğini sınamak için AFA ve DFA yapılmıştır. AFA sonucunda özgün çalışmada olduğu gibi iki faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Bu iki faktör toplam varyansın yaklaşık %50'sini açıklamıştır (güvensiz çabalama için %36,26, güvenli kabul için %13,66). AFA'dan elde edilen iki faktörlü yapının doğrulanıp doğrulanmadığının belirlenebilmesi için DFA yapılmıştır. DFA sonucunda elde edilen RMSEA, NNFI ve SRMR değerleri kabul edilebilir model uyumunu işaret ederken, CFI ve χ^2/df değerleri iyi model uyumunu işaret etmiştir. AFA ve DFA sonuçlarına göre, orijinal çalışmadaki iki faktörlü yapı Türk kültüründe de doğrulanmıştır. Benzer şekilde, Ferreira ve diğerleri (2011)'nin 2411 katılımcı ile yürüttükleri çalışmada ölçeğin iki faktörlü yapısı Portekiz kültüründe de doğrulanmıştır.

Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türkçe versiyonunun uygunluk geçerliği, sosyal karşılaştırma ve öz-anlayış ölçekleri ile sınıanmıştır. Sosyal karşılaştırma, güvensiz çabalama ile negatif korelasyon gösterirken, güvenli kabul ile pozitif korelasyon göstermiştir. Bu sonuçlar literatürdeki çeşitli çalışmalarla desteklenmektedir (Bellew ve diğerleri, 2006; Gilbert ve diğerleri, 2007; Gilbert ve diğerleri, 2009). Sosyal karşılaştırmada düşük puanlar olumsuz benlik algısına (örn: sevilemez, arzu edilemez olmak) işaret ederken, yüksek puanlar olumlu benlik algısına (örn: sevilebilir, arzu edilebilir olmak) işaret etmektedir (Şahin ve Şahin, 1992). Bu nedenle, olumsuz benlik algısına sahip bireylerin, başkaları tarafından kabul edilmek için yetersizlikten kaçınma çabasına girdikleri söylenebilir. Buna karşın, benlik algısı olumlu olan bireylerin sosyal ilişkilerinde kendilerini güvende hissettikleri için yetersizlikten kaçınma baskısını hissetmedikleri yorumu yapılabilir.

Araştırma kapsamında güvensiz çabalamanın öz-anlayış ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu sonuç daha önce yapılan çalışmaların sonuçlarıyla desteklenmektedir (Santos, 2020; Walton ve diğerleri, 2020). Öte yandan, güvenli kabulün öz-anlayış ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgu da çeşitli araştırma sonuçlarıyla desteklenmektedir (Santos, 2020; Swami ve diğerleri, 2021). Öz-anlayış, sosyal bağlılık duygusunu geliştirmektedir (Deniz ve diğerleri, 2008; Neff, 2003a; 2003b). Bu nedenle öz-anlayış düzeyi yüksek olan bireylerin, sosyal ilişkilerinde kendilerini güvende hissettikleri için güvenli kabul düzeylerinin arttığı yorumu yapılabilir. Buna karşın, öz-anlayış düzeyi düşük olan bireylerin, güvensiz çabalama gibi savunma stratejilerini benimseyerek sosyal ilişkilerinde güvende hissetmeye çalıştıkları söylenebilir.

Güvenirlik analizleri kapsamında Cronbach alfa katsayıları, düzeltilmiş madde-toplam korelasyon analizleri ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları incelenmiştir. Madde-toplam korelasyonlarının .42'den, test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının .80'den ve Cronbach alfa katsayılarının .90'dan yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar orijinal çalışmanın bulgularıyla benzer niteliktedir (Gilbert ve diğerleri, 2007). Ayrıca bu çalışmada elde edilen Cronbach alfa katsayıları diğer çalışmalarda elde edilen katsayılarla tutarlılık göstermektedir (Bellew ve diğerleri, 2006; Nagae ve diğerleri, 2022; Santos, 2020). Bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu yorumu yapılabilir.

Sonuç

Bu çalışmanın sonuçları, Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinin Türk kültüründe psikoloji, eğitim, sağlıkla ilgili davranışlar, sosyal medya çalışmaları gibi farklı alanlarda hem uygulama uzmanları hem de araştırmacılar tarafından kullanılacak geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir. Ölçeğin, bireylerin yetersizlik duygularıyla ilişkili sosyal karşılaştırma ve rekabetçi davranış düzeylerinin açıklanmasında literatüre katkı sağlayacağına inanılmaktadır.

Sınırlılıklar

Araştırma verileri Yeditepe Üniversitesi öğrencilerinden uygun örnekleme yöntemi ile toplandığından araştırmanın en önemli sınırlılığı, çalışmanın genellenebilirliği ile ilgilidir. Türkiye'deki farklı üniversitelerden öğrencilerin yer aldığı daha kapsamlı çalışmalar yapılmalıdır. Ek olarak, araştırma verileri ölçekler aracılığıyla öz-bildirim yöntemi ile toplandığı için, sonuçlar bireylerin ilgili yapılara ilişkin algı düzeyleriyle sınırlıdır.

Öneriler

Bu çalışmanın araştırma grubunu üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Ölçeğin farklı yaş gruplarında kullanılabilmesi için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları tekrarlanabilir. Bu ölçek gelecekte yapılacak çalışmalarda hem uygulayıcılar hem de araştırmacılar tarafından kullanılabilir. Araştırmacılar yetersizlikten kaçınma çabasının daha iyi anlaşılabilmesi için farklı demografik değişkenlerin yer aldığı çalışmalar yapabilirler. Ayrıca rekabetçi davranışlar, hedef yönelim davranışları, sağlıkla ilgili davranışlar (örn: duygusal yeme, kısıtlı yeme vd.) gibi davranışların altında yatan motivasyonların belirlenmesinde Yetersizlikten Kaçınma Çabası Ölçeğinden faydalanılabilir. Psikolog, psikolojik danışman gibi alan uzmanları yetersizlik duygusunu azaltmaya yönelik geliştirecekleri müdahale programlarında bu ölçeği kullanabilirler.

Yazarların Beyanı

Araştırmacıların katkı oranı beyanı: Araştırma ikinci yazarın danışmanlığında birinci yazarın doktora tezinden üretilmiştir. Birinci yazar tarafından araştırmanın verileri toplanmış, analizleri yapılmış ve makalenin taslağı yazılmıştır. İkinci yazar analiz sonuçlarının yorumlanmasında katkı sağlamış, çalışmanın her aşamasında dönüt vermiş ve makalenin son aşamasında gerekli düzeltmeleri yapmıştır.

Etik Kurul Kararı: Yıldız Teknik Üniversitesi Etik Kurulundan 30.10.2020 tarihli 2020/9 sayılı karar ile etik kurul onayı alınmıştır.

Çatışma beyanı: Çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynaklar

- Akdoğan, R. (2017). A model proposal on the relationships between loneliness, insecure attachment, and inferiority feelings. *Personality and Individual Differences*, 111, 19-24. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.048>
- Akdoğan, R., & Ceyhan, E. (2014). Üniversite öğrencileri için Yetersizlik Duygusu Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik analizleri. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(41), 117-128.
- Akman, A. (2022). Yetersizlik duygusunun kariyer geleceğine etkisi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(1), 121-135. <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.1015777>
- Allan, S., & Gilbert, P. (1995). A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19(3), 293-299. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-1](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-1)
- Ansbacher, H. L., & Ansbacher, R. R. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler*. Basic Books.
- Bellew, R., Gilbert, P., Mills, A., McEwan, K., & Gale, C. (2006). Eating attitudes and striving to avoid inferiority. *Eating Disorders*, 14(4), 313-322. <https://doi.org/10.1080/10640260600796242>
- Biernacki, P., & Waldorf, D. (1981). Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological Methods & Research*, 10(2), 141-163. <https://doi.org/10.1177/004912418101000205>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss, Vol. 3: Loss sadness and depression*. Basic Books.
- Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi.
- Costello, A. B., & Osborne, J. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for

- getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 10(7), 1-9. <https://doi.org/10.4135/9781412995627.d8>
- Deniz, M., Kesici, Ş., & Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality: An international Journal*, 36(9), 1151-1160. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.9.1151>
- Derin, S., & Şahin, E. S. (2021, Haziran 26). *Adleryan Aşağılık ve Üstünlük Kompleksi Ölçeği-Kısa Formu'nun Türk kültürüne uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması*. 6. Mardin Artuklu Bilimsel Araştırmalar Kongresi, Mardin.
- Dkyman, B. M. (1998). Integrating cognitive and motivational factors in depression: Initial tests of a goal orientation approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 139-158. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.139>
- Duarte, J. A., Mendes, A. L., Marta-Simões, J., & Ferreira, C. (2020). Striving as a paradoxical strategy to deal with fears of compassion: impact on disordered eating. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25(4), 983-990. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00715-7>
- Ergun-Basak, B., & Aydin, M. (2019). Problematic Internet use in terms of the purposes of Internet use, irrational beliefs, feelings of inferiority, and gender. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 471-496. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0017>
- Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., MacCallum, R. C., & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 3, 272-299. <https://doi.org/10.1037/1082-989x.4.3.272>
- Ferreira, C., Duarte, C., & Pinto-Gouveia, J. (2011). A necessidade de competir para evitar a inferioridade: Estudos de validação da versão portuguesa da SAIS. *Psychologica*, 54, 5-34. https://doi.org/10.14195/1647-8606_54_1
- Ferreira, C., Gouveia, J. P., & Duarte, C. (2013). Drive for thinness as a women's strategy to avoid inferiority. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 13(1), 15-29.
- Fırat, İ., & Güngör, A. (2021). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları üzerinde yetersizlik duygusunun yordayıcı etkisi: sosyal ilginin aracı rolü. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 19(1), 487-504. <https://doi.org/10.37217/tebd.832194>
- Gilbert, P. (2003). Evolution, social roles and the differences in shame and guilt. *Social Research*, 70(4), 1205-1230. <https://doi.org/10.1353/sor.2003.0013>
- Gilbert, P., Broomhead, C., Irons, C., McEwan, K., Bellew, R., Mills, A., Gale, C., & Knibb, R. (2007). Development of a striving to avoid inferiority scale. *British Journal of Social Psychology*, 46(3), 633-648. <https://doi.org/10.1348/014466606X157789>
- Gilbert, P., McEwan, K., Bellew, R., Mills, A., & Gale, C. (2009). The dark side of competition: How competitive behaviour and striving to avoid inferiority are linked to depression, anxiety, stress and self-harm. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82(2), 123-136. <https://doi.org/10.1348/147608308X379806>
- Gilbert, P., Price, J., & Allan, S. (1995). Social comparison, social attractiveness and evolution: How might they be related? *New Ideas in Psychology*, 13(2), 149-165. [https://doi.org/10.1016/0732-118x\(95\)00002-x](https://doi.org/10.1016/0732-118x(95)00002-x)
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Kalaycı, S. (Ed.). (2006). *SPSS Uygulamaları çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayınevi.

- Kılıç, S., & Öksüz, Y. (2020). Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ile genel aidiyet düzeyleri arasındaki ilişki. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(2), 216-225.
- Kızıldaş, A. (2017). Üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin yetersizlik duyguları açısından incelenmesi. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 8, 25-35.
- Kline, R. B. (2010). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Guilford publications.
- Mendes, C. B., & Ferreira, C. (2020). A social rank approach to disordered eating: Exploring relationships between shame, fears of compassion, striving, and body shame. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 93(3), 490-502. <https://doi.org/10.1111/papt.12241>
- Nagae, A., Asano, K., & Kotera, Y. (2022). Moderating Effects of Striving to Avoid Inferiority on Income and Mental Health. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.838991>
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Pratto, F., Sidanius, J., Stallworth, L. M., & MaUe, B. (1994). Social dominance orientation: A personality variable predicting social and political attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(4), 741-763. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.4.741>
- Şahin, F. A., & Aslan, A. (2021). Examining social media and technology attitudes in older-aged and middle-aged adults: relationship with cognitive flexibility and sense of inadequacy. *Psychology Research*, 11(6), 282-293. <http://doi.org/10.17265/2159-5542/2021.06.004>
- Şahin, N. H., & Şahin, N. (1992, June 17-21). *Adolescent guilt, shame, and depression in relation to sociotropy and autonomy*. In The World Congress of Cognitive Therapy, Toronto
- Santos, R. F. (2020). *Performance-avoidance goal orientation and test anxiety: the mediating role of insecure striving, shame and self-compassion*. [Unpublished doctorate thesis]. University of Coimbra
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Swami, V., Todd, J., Stieger, S., Furnham, A., Horne, G., & Tylka, T. L. (2021). Body acceptance by others: Refinement of the construct, and development and psychometric evaluation of a revised measure—The Body Acceptance by Others Scale-2. *Body Image*, 36, 238-253. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.11.007>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. Allyn and Bacon.
- To, P. Y. L., Lo, B. C. Y., Ng, T. K., Wong, B. P. H., & Choi, A. W. M. (2021). Striving to avoid inferiority and procrastination among university students: The mediating roles of stress and self-control. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5570. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115570>
- Walton, C. C., Baranoff, J., Gilbert, P., & Kirby, J. (2020). Self-compassion, social rank, and psychological distress in athletes of varying competitive levels. *Psychology of Sport and Exercise*, 50, 101733. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101733>
- Wetherall, K., Robb, K. A., & O'Connor, R. C. (2019). Social rank theory of depression: A systematic review of self-perceptions of social rank and their relationship with depressive symptoms and suicide risk. *Journal of Affective Disorders*, 246, 300-319. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.045>
- Zwick, W.R., & Velicer, W.F. (1986). Comparison of five rules for determining the number of components to retain. *Psychological Bulletin*, 99, 432-442. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.3.432>

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

According to Adler, the feeling of inferiority is universal since being a human means to feel inferior. This feeling which begins in earliest childhood and goes on till death, is a motivating force for human behavior (Ansbacher & Ansbacher, 1956). However, people's manner of approaching this inferiority and their behaviors related to it may differ. Gilbert et al. (2007) developed the "Striving to Avoid Inferiority Scale" (SAIS) consisting of two subscales: the first insecure striving (IS) in which people think that they need to compete to avoid inferiority in order to gain social approval and the second secure non-striving (SNS) in which people think that others will value them whether in the case of achievement or failure.

In the Turkish literature, there are two scales related to inferiority. The first one, the Inferiority Feeling Scale, was developed by Akdoğan and Ceyhan (2014). More recently, Adlerian Inferiority and Superiority Complex Scale was translated to Turkish by Derin and Şahin (2021). Both of these scales are used to assess the individuals' levels of inferiority feelings.

Since everybody has more or less a feeling of inferiority, determining the level of it and its relations with other concepts is substantial. In addition, individuals' behaviors related to their inferiority is also worth investigating. Some people do not feel the pressure of inferiority feeling but rather they embrace it as a motivational force. Their behaviors towards themselves and others are compassionate. On the contrary, some individuals experience the pressure of inferiority feeling since they fear the outcomes of it, such as being rejected by others. As a result, their behaviors might be competitive to avoid inferiority (Gilbert, 2003; Gilbert et al., 2007). So, the beliefs related to this "striving to avoid inferiority" is also significant to understand the underlying motivations of individuals' competitive behaviors and to find out the relative sense of safety in their relationships. However, there is no scale that measures the pressure of competing to avoid inferiority and the feelings of acceptance by others in the absence of this pressure in the national literature.

Thus, the aim of this study is to translate the "Striving to Avoid Inferiority Scale" (Gilbert et al., 2007) into Turkish.

Method

Data were collected from undergraduate students at Yeditepe University by convenience sampling method. Psychometric properties of SAIS were tested in four phases. Language validity (Study I, n=77), construct validity (Study II) via EFA (n=221) and CFA (n=220), concurrent validity (Study III, n=441) and reliability (Study IV, n=441) studies were conducted. Language validity was tested through two phases. In the first phase, translation process of the scale was conducted. After the translation and modification process, back-translation was checked by the authors who originally developed the scale. In the second phase, the original and the Turkish version of the SAIS were applied to English teachers with a two-week interval. To test the construct validity of the SAIS-Turkish version, exploratory factor analysis (EFA) and confirmatory factor analysis (CFA) were performed with two independent study groups. Correlations between self-compassion, social comparison and SAIS were examined to check concurrent validity. For reliability studies, corrected item-total correlations, Cronbach's Alpha and test-retest reliability coefficients were investigated.

Results

The correlations between the original and Turkish versions were found .83 for IS and .82 for SNS. These results indicate that Turkish version of SAIS is equivalent to the original version.

In the context of construct validity, EFA using principal axis factoring extraction with direct oblimin rotation was conducted. Results yielded that the variance rate explained by the first factor (insecure striving) with eigen value of 9.79 was 36.26% and the variance rate explained by the second factor (secure non-striving) with eigen value of 3.69 was 13.66%. 27 items explained 50% of total variance. Factor loadings of the items in the first sub-scale (insecure striving) ranged from .38 to .82. For the second sub-scale (secure non-striving), factor loadings of the items were in the range of .42 - .87. standardized factor loadings for insecure striving

ranged from .45 to .74 and for secure non-striving ranged from .37 to .84.

CFA was executed to confirm the two-factor structure of the Turkish version of SAIS that was obtained from EFA. standardized factor loadings for insecure striving ranged from .45 to .74 and for secure non-striving ranged from .37 to .84. Additionally, all *t* values of the items were statistically significant ($p < .01$). Fit indices were found as follows: $\chi^2/df=2.5$; CFI=.95; NNFI=0.94; RMSEA=.08; SRMR:.08. RMSEA \leq .08 and NNFI \geq .90 represent an acceptable model fit (Sümer, 2000). SRMR \leq .08 can be considered as acceptable model fit while CFI \geq .95 can be a sign of good model fit (Hu & Bentler, 1999). $\chi^2/df < 3$ also indicates a good model fit (Kline, 2010). According to EFA and CFA results, two-factor structure as in the original scale was supported in Turkish sample.

In the context of concurrent validity, correlation analyses were examined between study variables. Results showed that self-compassion was positively correlated with secure non-striving (SNS) ($r = .41$, $p < .01$), while it was negatively correlated with insecure striving (IS) ($r = -.37$ $p < .01$). Additionally, there was a positive correlation between SNS and social comparison ($r = .47$ $p < .01$) while there was a negative correlation between IS and social comparison ($r = -.20$ $p < .01$).

In the context of reliability studies, test-retest reliability coefficients for IS and SNS subscales were found .81 and .80, respectively. For IS subscale, Cronbach's alpha coefficient was .92 and corrected item-total correlations ranged from .46 to .75. For SNS subscale, Cronbach's alpha coefficient was .90 and corrected item-total correlations ranged from .42 to .79. Thus, the results of the study indicated that the Turkish version of SAIS exhibited high level of reliability.

Conclusion

The results of the current study brought to light that Striving to Avoid Inferiority-Turkish version is a reliable and valid instrument that can be used by both practitioners and researchers in different fields such as psychology, education, health related behaviors. It is hoped that the scale will make contribution to the literature via providing a better understanding of individuals' social rank concerns and competitive behaviors related to inferiority feeling.