

2nd International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

PROCEEDINGS BOOK



ISBN: 978-625-8284-77-5



centro universitário
unifacvest





2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssiectcongress.com/icel-2023>

ICSSIET CONGRESS

**2st International Congress of Educational Sciences
and Linguists (ICEL 2023) July 20-21, 2023**

Warsaw/ POLAND

PROCEEDINGS BOOK

Editor

Prof. Dr. Emilia ALAVERDOV

ISBN: 978-625-8284-77-5

Publishing Date: 28.07.2023

All rights of this book belong to Global Academy Publishing House. No part of this publication may be reproduced, stored, retrieved system, or transmitted, in any form or by any means, without the written permission of the Global Academy Publishing House. Nor be otherwise circulated in any form of binding or cover.

©Copyright July, 2023

Certificate No: 64419 Global Academy Publishing House

The individual essays remain the intellectual properties of the contributors. All papers published in this proceedings book have been peer reviewed.



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ÖLÇEĞİ-8: TÜRKÇE UYARLANMASI

Halil EKŞİ¹ & Cemile ERİK²

Marmara University, Institute of Educational Sciences, İstanbul/TÜRKİYE

¹ <https://orcid.org/0000-0001-7520-4559>

² <https://orcid.org/0009-0006-7958-2315>

Özet

Bu çalışmanın amacı Penner, Steinberg ve Sharp (2022) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8'i Türkçe'ye uyarlamaktır. Duygu düzenleme güçlüğüne daha az madde ile açıklayan ölçek toplam 8 madde ve dört alt boyuttan oluşurken alt boyutlar; amaç, dürtü, kabullenme ve stratejidir. Çalışma 18-57 yaş aralığında- ($\bar{x} = 25.68$) 282'si (%76.8) kadın ve 85'i (%23.2) erkek olmak üzere toplam 367 yetişkine uygun örnekleme yöntemi kullanılarak uygulanmıştır. Ölçek için gereken izinler alındıktan sonra ölçeğin Türkçeye çevrilmesi için çeviri-tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin pilot çalışmasından sonra ölçüt geçerliliği sağlanmıştır. Ölçüt geçerliliği için Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 ve Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (Rugancı ve Gençöz, 2011), 61 katılımcıya Google form aracılığıyla uygulanmıştır. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 ile Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (Rugancı ve Gençöz, 2011), arasında pozitif yönde manidar bir ilişki bulunarak ölçüt geçerliliği sağlanmıştır ($r=.804$, $p<.01$). Ölçeğin tamamı için iç tutarlılık değeri $\alpha = 0.87$ olarak bulunurken alt boyutların iç tutarlılık değeri 0.68 ve 0.77 arasında değişmektedir. Yapı geçerliliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum iyiliği indeksi değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu bulunmuştur. Araştırma bulguları doğrultusunda Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8'in ülkemizde yetişkin bireylerin duygu düzenlemede yaşadıkları güçlükleri daha kısa sürede belirlemede güvenilir ve geçerli bir yapıya sahip olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: duygu düzenleme güçlükleri, geçerlik, güvenilirlik, ölçek, uyarlama

ISBN: 978-625-8284-77-5



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

DIFFICULTIES IN EMOTION REGULATION SCALE-8¹

Abstract

The purpose of this study is to adapt the Difficulties in Emotion Regulation Scale-8 (DERS-8), developed by Penner, Steinberg, and Sharp (2022), into Turkish. The scale, which describes difficulties in emotion regulation with fewer items, consists of a total of 8 items and four structures; the structures included in the scale are goals, impulses, non-acceptance, and strategies. A total of 367 adults, aged between 18- 57 (M = 25.68), out of which 282 (76.8%) were female and 85 (23.2%) were male, using a convenient sampling method. After obtaining the necessary permissions for the scale, the translation-back-translation method was used for its translation into Turkish. After the pilot study of the scale, criterion validity was ensured. For criterion validity, the Difficulties in Emotion Regulation Scale-8 and the Difficulties in Emotion Regulation Scale were administered to 61 participants via Google Forms. Criterion validity was established by finding a positive and significant relationship between the Difficulties in Emotion Regulation Scale (Rugancı and Gençöz, 2011) and the Difficulties in Emotion Regulation Scale-8 ($r = 0.804$, $p < 0.01$). The overall internal consistency value for the scale was found to be $\alpha = 0.87$, while the internal consistency values for the subscales ranged from 0.68 to 0.77. The results of the confirmatory factor analysis indicated that the goodness-of-fit index values for structural validity were at an acceptable level. In line with the research findings, it is seen that the Difficulties in Emotion Regulation Scale-8 has a reliable and valid structure in determining the difficulties of adult individuals in our country in emotion regulation in a shorter time.

Keywords: difficulties in emotion regulation, validity, reliability, scale, adaptation

¹ Bu makale ile ilgili iletişim için Cemile ERİK, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesine başvurunuz.

E- posta: cemileerik87@gmail.com



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

Giriş

Duygu düzenleme bireyin hissettiği duyguyu, ne zaman ve nasıl deneyimlediğini ve nasıl ifade ettiğini belirleyen beceridir (Gross, 1998a). Thompson (1994)'a göre duygu düzenleme bireyin hedeflerine ulaşmak için duygusal tepkilerini değerlendirmek ve değiştirmekten sorumlu dışsal ve içsel özellikleridir. Gratz ve Roemer (2004) duygu düzenlemeyi kavramsal ve ampirik çalışmalara dayandırarak; duyguları anlama ve fark etme, duyguları kabul etme, dürtüsel davranışları kontrol etmek ve olumsuz duygular yaşarken amaca uygun davranmak, bireysel hedefleri ve durumun gerektirdiklerini karşılamada duygusal tepkileri düzenleyebilmek için duruma uygun duygu düzenleme stratejilerini esnek biçimde kullanma yeteneği olarak açıklamaktadır.

Duygu düzenlemenin, son yıllarda psikoterapi alanında önemli bir konu haline gelmesiyle araştırmalarda duygu düzenlemenin farklı işlevleri ve boyutları incelenmiştir (MehdiNejad, 2020). Gratz ve Roemer (2004) duygu düzenleme ile ilgili diğer araştırmacılar farklı olarak duygu düzenlemenin bileşenlerini kavramsallaştırarak duygu düzenleme güçlüğüne vurgu yapmaktadır. Gratz ve Roemer' a göre, duygu düzenleme bileşenlerinden herhangi birinin veya tamamının göreceli olarak yokluğunda duygu düzenleme güçlüğü ve düzensiz duygulanımın ortaya çıkmaktadır. Leahy ve arkadaşları (2011) ise duygu düzenleme güçlüğünün duygunun kendisinden kaynaklanmadığını belirterek duygu düzenleme becerisine vurgu yapmaktadır. Leahy ve arkadaşlarına (2011) göre duygu düzenlemede yaşanan güçlüğün asıl nedeni kişinin duyguyu tanımlama, kabul etme, kullanma ve duygunun varlığına rağmen işlevselliğini sürdürebilme konusunda beceri eksikliğinin olmasıdır.

Duygu düzenleme güçlükleri bireyin olumsuz duyguyla başa çıkmasını ve psikolojik dayanıklılığını olumsuz etkileyerek bireyin işlevselliğine zarar vermektedir. Cole ve Michel (1994) duygu düzenleme güçlüklerinin psikolojik bozuklukların oluşumunda, sürekliliğinde ve tedavisinde etkili olabileceğini vurgulamıştır. Duygu düzenleme güçlüklerinin psikolojik sağlamlılık açısından önem taşıması literatürde duygu düzenleme güçlüğüyle ilişkili faktörleri anlamak için çok sayıda araştırma yapılmasını sağlamıştır. Yurtiçinde yapılan çalışmalarda



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

duygu düzenleme güçlüğü ile algılanan ebeveyn tutumları ve duygusal deneyimler (Safrancı, 2015), bilinçli farkındalık (Gündüz, 2016), kişilerarası ilişkiler ve kaygının bağlanma stilleri (Sarıbal, 2017), sosyal kaygı (Aydın, 2018), yeme bozukluğu riski (Kılıç, 2019), bilişsel esneklik (Yıldız, 2018), depresyon, anksiyete ve stres (Abdi ve Pak, 2019), depresyon ve anksiyete (Gülmez, 2019) psikolojik belirtiler (Yumuşak, 2019), duygusal yeme ve tıkanırcasına yeme bozukluğu (Kılıç, 2020), sosyal ve duygusal yalnızlık (Yüksel ve Saruhan 2021), intihar eğilimi ve algılanan sosyal destek (Demir ve Sümer, 2022) arasında ilişki bulunmuştur. Yurt içinde yapılan araştırmalar incelendiğinde duygu düzenleme güçlükleri ile psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ilişkili bulunmaktadır (Karıncalı, 2021).

Ülkemizde duygu düzenleme güçlüklerini ölçmek için yaygın olarak kullanılan ölçekler bulunmaktadır. Gratz ve Roemer (2004) duygu düzenleme güçlüğü'nün klinik alandaki önemine ve yetişkinler için sınırlı sayıda yapılan çalışmalara vurgu yaparak duygu düzenleme güçlüğü bileşenlerini saptamak amacıyla 36 maddeden ve 6 faktörden oluşan Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeğini geliştirmiştir. Ölçek Rugancı ve Gençöz (2011) tarafından Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği olarak Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek duygu düzenleme güçlükleri ile ilgili duygusal tepkilerin farkında olmama (farkındalık); duygusal tepkilerin net olmaması (netlik); duygusal tepkileri kabul etmeme (kabul etmeme); etkili stratejilere sınırlı erişim (stratejiler); olumsuz etki yaşandığında dürtüsel davranışı kontrol etmede zorluklar (dürtü); ve olumsuz etki yaşandığında hedefe yönelik davranışta bulunmada zorluklar (amaçlar) boyutlarını ölçmektedir.

Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeğinin kısa formu olan Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Formu Bjureberg ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiştir. Bjureberg ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Formu (DDGÖ-16) Türkçeye Yiğit ve Guzey Yiğit (2017) tarafından uyarlanmıştır. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Formu netlik, amaçlar, dürtü, stratejiler ve kabul etmeme olmak üzere 5 alt faktörden oluşmaktadır. Ölçek toplamda 1 (hemen hemen hiç) ile 5 (hemen hemen her zaman) arasında derecelendirilen



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

Likert tipli 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin değerlendirmesinde yüksek puan duygu düzenleme güçlüğü belirti düzeyinin yüksekliğini göstermektedir.

Duygu düzenleme güçlükleri üzerine Türkiye’de ölçek çalışmaları bulunsa da bu çalışmalarda duygu düzenleme güçlüğü tek bağlam içerisinde ele alan ölçekler bulunmamaktadır. Bu nedenle duygu düzenleme güçlüğü tek bağlamda açıklayacak ölçek çalışmalarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışmada duygu düzenleme güçlüğü tek bağlamda ve daha az madde ile açıklamak için İngilizcede geliştirilmiş olan Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8’in (Steinberg vd., 2022) Türkçeye uyarlanarak geçerlilik güvenilirlik değerlendirilmesinin yapılması amaçlanmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmaya 18-57 yaş aralığında ($\bar{x} = 25.68$) toplam 367 yetişkin katılmıştır. Araştırmaya katılanların %76.8’i kadın ($n = 282$) ve %23.2’si erkeklerden ($n = 85$) oluşmaktadır. Örneklem seçim yöntemi olarak uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçüt geçerliliği için 61 öğrenciye Türkçe’ye uyarlanmış olan Duygu Düzenleme Güçlükler Ölçeği (Rugancı ve Gençöz, 2011) uygulanmıştır. Veriler Google Form aracılığıyla online olarak toplanmıştır ve ölçeğin doldurulması ortalama beş dakika sürmektedir.

Veri Toplama Araçları

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8

Steinberg ve arkadaşları (2022) tarafından geliştirilen ölçek 8 maddeden oluşmaktadır. DDGÖ-8 duygu düzenleme gerektiren durumlara odaklanmayı sağlayan tek tip bir bağlam sunmak amacıyla yalnızca "*Kendimi sıkıntılı/kötü hissettiğimde*" ifadesiyle başlayan maddeleri içermektedir. Ölçek duygusal tepkileri kabul etmeme (kabul etmeme); etkili stratejilere sınırlı erişim (stratejiler); olumsuz etki yaşandığında dürtüsel davranışı kontrol etmede zorluklar (dürtü); ve olumsuz etki yaşandığında hedefe yönelik davranışta bulunmada zorluklar (amaçlar) olmak üzere 4 alt boyuttan ve her alt boyutta 2 maddenin olduğu toplam 8



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

maddeden oluşmaktadır. 5’li likert tipi olan ölçekte maddeler (1= Hemen hemen hiç (%0-10), 2= Bazen (%11-35), 3= Yaklaşık yarı yarıya (%36-65), 4= Çoğu zaman (%66-90), 5= Hemen hemen her zaman (%91-100) bireyin duygu düzenlemede yaşadığı güçlükler için zaman ifadeleriyle birlikte cevaplandırılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8 iken en yüksek puan 40’tır ve ölçekten alınan puan arttıkça bireyin duygu düzenlemede yaşadığı güçlükte artmaktadır.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 Amerika’da 18–25 yaş aralığındaki 700 üniversite öğrencisi üzerinde uygulanarak geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilme aşamasında orijinal Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin 36 maddesi gözden geçirilerek yalnızca “kendimi sıkıntılı/kötü hissettiğimde” ifadesiyle başlayan maddeler seçilerek madde sayısı 27’ye düşürülmüştür. Kalan 27 maddeye ilk madde tepki kuramı analizi yapılmış ve ters kodlanmış altı madde çıkarılmış, bunun neticesinde kalan farkındalık ve netlik maddelerinin çıkarılmasıyla geriye 21 madde kalmıştır. Kalan 21 maddenin 20’sinin LD madde çifti gözlemlenmiştir. Madde çiftlerinin incelenmesi ile ifade ve içerik açısından fazlalık olduğundan madde çiftlerini azaltmak ve madde içeriğini korumak için maddeler seçilmiştir. Kalan dört orijinal alt faktör için her boyuttan iki madde seçilmiş, LD üretebilecek gereksiz içerik veya anlam belirsizliği oluşturacak maddeler dikkate alınmıştır. Bu hususlara dayalı olarak maddeler çıkarıldıktan sonra DDGÖ-8, 4 alt faktör her alt faktörde 2 madde olan toplam 8 madden oluşturulmuştur.

Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği

Bu çalışmada Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 için (Steinberg vd., 2022) yapılacak ölçüt geçerliliğinde Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (Rugancı ve Gençöz, 2011) kullanılmıştır. Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği Rugancı ve Gençöz (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 5’li (1= Hemen hemen hiç, 2= Bazen, 3= Yaklaşık yarı yarıya, 4= Çoğu zaman, 5= Hemen hemen her zaman) Likert tipi şeklinde 36 maddeden ve 6 faktörden oluşmaktadır. Bu faktörlerden netlik 5, farkındalık 6, dürtü 6, kabul etmeme 6, amaçlar 5, strateji 8 maddeden oluşmaktadır. Kabul



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

etmeme alt faktöründe ters madde bulunmazken farkındalık boyutunun tüm maddeleri olmak üzere toplamda ölçekte 12 ters madde bulunmaktadır.

Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeğinin madde korelasyonları .18 ile .71 arasında değişmektedir ve 32 maddenin madde toplam korelasyonu .35'in üzerindedir. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı tüm ölçek için .94 olarak hesaplanmıştır ve bu değer ölçeğin orijinal versiyonuna yakındır (Rugancı ve Gençöz, 2011). DDGÖ'nin alt ölçekleri için alfa katsayıları sırasıyla; farkındalık alt ölçekleri için .75, netlik için .82, kabul etmeme için .83, strateji için .89, amaçlar ve dürtü için .90 olarak hesaplanmıştır. DDGÖ için test-tekrar test güvenilirlik katsayıları .60 ile .85 arasında değişmektedir.

İşlem

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8'in Türkçe uyarlaması için ölçeği geliştiren yazarlardan Steinberg ve orijinal Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğini geliştiren yazarlardan Roemer ile iletişime geçilmiş, gerekli izinler alınmıştır. İzinlerin ardından iki dilde de yetkin olan beş uzman tarafından ölçeğin İngilizceden Türkçeye ilk çevirisi yapılmıştır. Birbirinden bağımsız yapılan beş çeviri üç kişilik panel grubu oluşturularak değerlendirilmiş ve her bir maddenin en iyi haline ortak karar verilmiştir. Oluşturulan Türkçe form önceki aşamalardan bağımsız olan 2 dil uzmanı tarafından İngilizceye geri çevrilmiştir. Elde edilen geri çeviriler orijinal maddelerle karşılaştırılarak aynı anlama gelip gelmedikleri değerlendirilmiştir. Dil anlaşılabilirliğini sağlamak için 10 kişilik gruba pilot çalışma uygulanmış ve maddelerin anlaşılabilirliğine dair geri bildirimler alınmıştır. Geri bildirimler doğrultusunda olumsuz bir dönüt ile karşılaşmadığından ölçeğe son hali verilmiştir. Son hali verilen Türkçe ölçek maddeleri ölçüt bağımlı geçerlik çalışması kapsamında Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği ile 61 yetişkin katılımcıya Google form aracılığıyla uygulanmıştır.

Bulgular

Doğrulayıcı Faktör Analizi

Duygu düzenleme güçlüğü- 8'in geçerliği için AMOS 22 programı aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda ölçeğin uyum iyiliği indeksi değerleri ($\chi^2/df=3,05$, NFI=.964, CFI=.976, TLI=.951, RMSEA=.075) kabul edilebilir düzeydedir. Ki



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

kare değerinin serbestlik derecesine oranı 3,05 olarak bulunmuştur. Büyük örneklerde bu değerin 5'ten küçük olması orta düzeyde uyuma işaret etmektedir (Kline, 2005). NFI ve CFI uyum indeksi değerlerinin 0.95'in üzerinde olması mükemmel uyuma, 0.90'nın üzerinde olması iyi uyuma karşılık gelmektedir (Sümer, 2000). Bu çalışmada NFI ve CFI değerleri mükemmel uyum göstermektedir. RMSEA=.075 değeri ise 0.8'den küçük olduğu için iyi uyum göstermektedir (Sümer, 2000). Tablo 1'de uyum indeksi değerleri ve Şekil 1'de faktör yüklerine ait yol diyagramı sırasıyla verilmiştir.

Tablo 1

Duygu düzenleme güçlüğü- 8 için Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

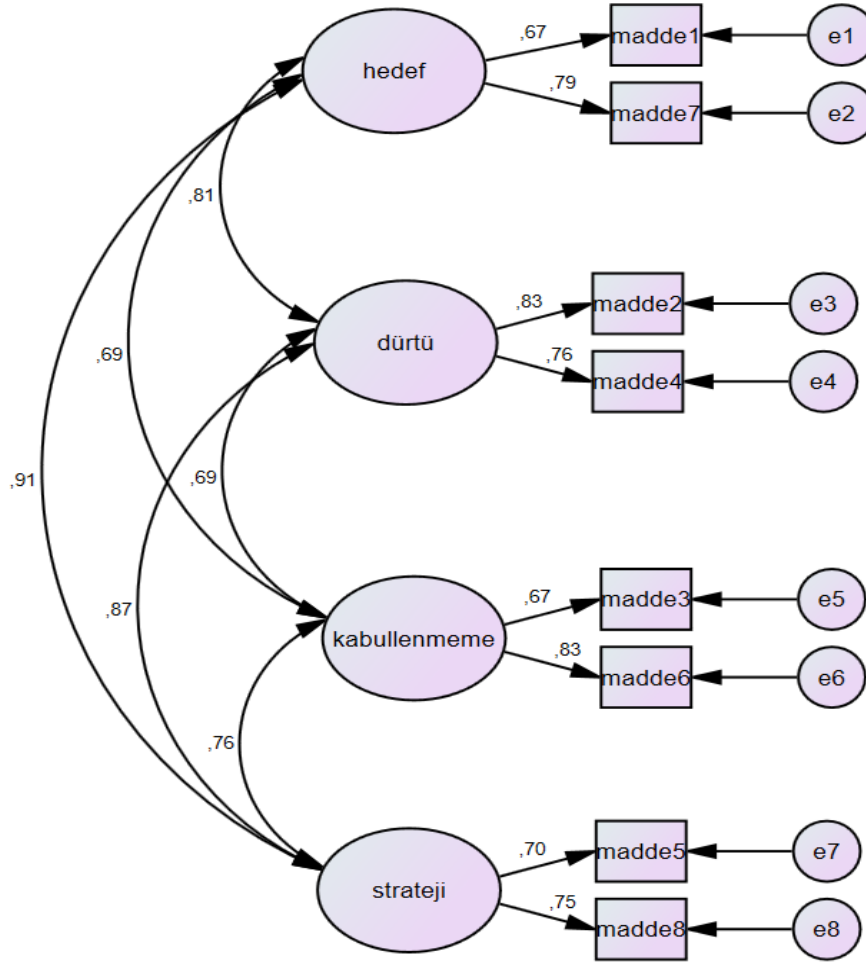
	χ^2	sd	NFI	CFI	RMSEA
DDGÖ-8	42,713	14	.964	.976	.075

Not. Analiz için doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. NFI= normlaştırılmış uyum indeksi; CFI= karşılaştırmalı uyum indeksi; RMSEA= yaklaşık hataların ortalama karekökü



Şekil 1

Doğrulayıcı Faktör Analizine ait Yol diyagramı



CMIN=42,713; DF=14; CMIN/DF=3,051; RMSEA=,075; CFI=,976; GFI=,972

Ölçüt Geçerliliği

Duygu düzenleme güçlüğü- 8'in ölçüt geçerliliği için Rugancı ve Gençöz (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği kullanılmıştır. İki ölçekte 61 katılımcıya uygulanmış, ölçeklerin toplam puanları arasındaki ilişki incelenmiştir. Tablo 2'de ölçeklere ait Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayılarını gösteren bulgular yer almaktadır. Uyarlaması yapılan Duygu düzenleme güçlüğü- 8 ve uyarlanan Duygu



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

Düzenlemede Güçlükler Ölçeği arasında pozitif yönde manidar bir ilişki bulunmuştur ($r=.804$, $p<.01$).

Tablo 2

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçekleri Arasındaki Korelasyon

Ölçek	X	SS	1	2
1. DDGÖ-8	18.33	7.04	-	.80*
2. DDGÖ	84.44	22.49	.80*	-

* $p<0.01$

Güvenirlilik

Duygu düzenleme güçlüğü- 8'in güvenirliliği için SPSS 26 programı aracılığıyla Cronbach Alpha analizi yapılarak iç tutarlılık değeri hesaplanmıştır. İç tutarlılık kat sayısının 0.60 ile 0.70 arasında olması kabul edilebilir düzeyde güvenirliliği, 0.80 veya daha üst bir değer ise yüksek düzeyde güvenirliliği göstermektedir (Ursachi, Horodnic, & Zait, 2015). Ölçeğin tamamına ait güvenirlilik bulguları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği- 8 için Cronbach Alpha İç Tutarlılık Katsayıları

Alt boyutlar	X	SS	Cronbach a
Dürtü	4.82	1.96	0.77
Kabullenmeme	4.58	2.20	0.71
Amaç	6.10	2.10	0.69
Strateji	5.0	2.04	0.68
Toplam	20.50	6.38	0.87

Ölçeğin tamamı için Cronbach Alpha değeri $\alpha = 0.87$ bulunmuştur. Ölçeğin dürtü alt boyutunun güvenirliliği $\alpha = 0.77$, kabullenmeme alt boyutunun güvenirliliği $\alpha = 0.71$, amaç alt boyutunun güvenirliliği $\alpha = 0.69$ ve strateji alt boyutunun güvenirliliği $\alpha = 0.68$ olarak hesaplanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği 8,'in tamamı için iç tutarlılık değerinin 0.87 olması yüksek düzeyde güvenirliliği sağladığını göstermektedir.



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

Madde Analizi

Duygu düzenleme güçlüğü- 8'in madde analizi için puan dağılımının %27 alt grup ile %27 üst grupları arasındaki madde ayırt edicilik değerlerine bakılmıştır. Madde ayırt edicilik indeksi için Bağımsız örneklem t- Testinden faydalanılmıştır. Bu analize göre gruplar arasında istendik yönde ve anlamlı farklılıkların çıkması iç tutarlılığı göstermektedir. Madde ayırt edicilik indeksi için en düşük toplam puan değerine sahip olan 99 kişiden alt grup, en yüksek toplam puana sahip olan 99 kişiden de üst grup oluşturulmuştur. Her madde için üst ve alt grup arasındaki ayırt edicilik bulgularının yer aldığı Tablo 4 incelendiğinde t-Test değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı çıktığı ve ölçekte yer alan tüm maddelerin duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ve yaşamayan bireyleri anlamlı derecede ayırt ettiği görülmektedir.

Tablo 4

%27'lik Alt ve Üst Grup Farkına İlişkin Bağımsız t Testi Sonuçları

Maddeler	Üst Grup		Alt Grup		t (196)	p
	X	SS	X	SS		
Madde 1	4.07	.92	2.07	.89	15.43	.000
Madde 2	3.64	.85	1.45	.57	21.12	.000
Madde 3	3.19	1.26	1.32	.55	13.46	.000
Madde 4	3.33	1.00	1.46	.55	16.22	.000
Madde 5	3.47	1.17	1.36	.61	15.87	.000
Madde 6	3.77	1.11	1.32	.49	19.97	.000
Madde 7	4.13	.86	1.82	.70	20.62	.000
Madde 8	3.87	.88	1.80	.74	17.83	.000

Madde- toplam korelasyonu test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplamından alınan puan arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Madde- toplam korelasyonun pozitif yönde ve yüksek olması test maddelerinin benzer davranışları ölçtüğünü ve bu nedenle iç tutarlık değerinin yüksek olduğunu göstermektedir.



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

Tablo 5

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği- 8 için Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonları

Maddeler	X	SS	DMTTK
Madde 1	3.13	1.18	.56
Madde 2	2.48	1.13	.70
Madde 3	2.14	1.19	.52
Madde 4	2.34	1.04	.65
Madde 5	2.25	1.18	.63
Madde 6	2.44	1.30	.63
Madde 7	2.97	1.22	.66
Madde 8	2.75	1.14	.66

Not. DMTTK = düzeltilmiş madde toplam test korelasyonu

Madde- toplam korelasyonunun .30 ve daha üstü değerde olan maddeler bireyleri iyi derecede ayırt etmektedir (Büyüköztürk, 2020). Tablo 5'te görüldüğü gibi duygu düzenleme güçlüğü ölçeği- 8 için madde toplam korelasyonları .52 ile .70 arasında değişmektedir. Bu değerler ölçek maddelerinin benzer davranışları ölçtüğünü, iyi bir iç tutarlılık değerine ve ayırt ediciliğe sahip olduğunu göstermektedir.

Tartışma

Bu çalışmanın amacı Penner, Steinberg ve Sharp (2022) tarafından kısaltılan Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği- 8'i Türkçe' ye uyarlamak ve psikometrik özelliklerini araştırmaktır. Bu amaç doğrultusunda gerekli izinler alındıktan sonra dil eş değeri sağlanmıştır. Dil eşdeğeri için Türkçe ve İngilizceye hâkim olan beş uzman tarafından birbirlerinden bağımsız olacak şekilde ölçeğin ilk çevirisi yapılmıştır. Çevirinin ardından oluşturulan 3 kişilik panel grubu ile her bir maddenin en iyi çevirisine karar verilmiştir. Oluşturulan Türkçe form, 2 uzman tarafından tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Geri çeviri ve orijinal ölçek maddeleri karşılaştırılmış, ölçek Türkçe dil uzmanı tarafından incelendikten sonra ölçeğin pilot çalışması yapılmıştır. 10 kişilik gruba dil anlaşılabilirliği için pilot çalışma yapılarak geri dönütler alınmıştır. Dil geçerliliği sağlandıktan sonra yapı geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır.



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği- 8 için faktör yükleri .67 ve .83 arasında değişmektedir. DDGÖ-8'in doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksi değerleri $\chi^2/df=3,05$, NFI=.964, CFI=.976, TLI=.951, RMSEA=.075 olarak bulunmuştur ve bu değerler kabul edilebilir düzeydedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda orijinal ölçekteki 8 madde ve dört faktörlü yapı doğrulanmıştır. DDGÖ-8 amaç, dürtü, kabullenme ve strateji alt boyutlarından oluşsa da ölçeğin yorumlanmasında alt boyutlardan elde edilen puanlara değil de ölçeğin toplam puanına dikkat edilmesi gerekmektedir.

Ölçüt geçerliliği için Rugancı ve Gençöz (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği kullanılmıştır. DDGÖ-8 ve Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği arasında pozitif yönlü manidar ilişki bulunmaktadır. Bu durum DDGÖ-8'in duygu düzenlemede güçlükler yaşayan yetişkinler için geçerli bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları ve madde analizlerinden yararlanılmıştır. İç tutarlılık kat sayısı ölçeğin tamamı için .87 olarak belirlenirken alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik değeri 0.68 ve 0.77 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamı için güvenilirlik yüksek düzeydedir. Madde analizi kapsamında yapılan madde-toplam puan korelasyonları ise .52 ve .70 arasında değer aldığı için ölçek maddeleri arasında bütünlük olduğu görülmüştür. Ayrıca madde ayırt ediciliği sonucunda DDGÖ-8'in duygu düzenleme güçlüklerini belirlemede ayırt edici olduğu söylenebilir (Büyüköztürk, 2020).

Yapılan analizler sonucunda DDGÖ-8 için geçerlilik ve güvenilirlik değerlerinin uygun olduğu görülmektedir. Dört alt boyut ve 8 maddeden oluşan DDGÖ-8'in Türkçe formu kullanıma uygundur. Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeğinin bu kısa formunun duygu düzenlemedeki güçlüklerini tek bağlam içerisinde daha kısa sürede belirleyerek duygudurum ile ilgili sorunların tanınmasında fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Yetişkinlerde duygu düzenleme güçlükleri ile ilgili araştırma çalışmalarında ölçeğin daha kısa sürede doldurulması,



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

ters puanlanan maddenin bulunmaması ve alt boyutlarına rağmen sadece toplam puan üzerinden değerlendirme yapılması ile gelecek çalışmalara pratiklik katacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal Bilimler için veri el kitabı. İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. Pegem Akademi.

Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. Edam.

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2021). *Sosyal bilimler için çok değişkenli İstatistik: SPSS ve Lisrel uygulamaları*. Pegem Akademi.

Dede, Ş. (2022). *Kabul ve kararlılık terapisi temelli psikoeğitim programının üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin duygu düzenleme güçlüğüne ve bilinçli farkındalığına etkisi*. (Tez No. 753193). [Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Demir, B., & Sümer, Z. H. (2022). The mediator role of perceived social support in the relationship between difficulties in emotion regulation and suicide tendency. *Current Psychology*, 1-10.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>

Karıncalı, E. Ç. (2021). Psikolojik danışmanların etkili psikolojik danışman nitelikleri, duygu düzenleme güçlüğü ve öz duyarlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi



2st International Congress of
Educational Sciences and Linguists (ICEL 2023)
20-21 July 2023



Warsaw / POLAND

<https://www.icssietcongress.com/icel-2023>

(Tez No. 680947). [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

MehdiNejad, L. (2020). *Vipassana Meditation, Self-Esteem, and Emotion Regulation* (Publication No. 28023843) [Doctoral dissertation, The Chicago School of Professional Psychology]. ProQuest Dissertations and Theses Global.

Penner, F., Steinberg, L., & Sharp, C. (2022). The development and validation of the difficulties in emotion regulation scale-8: providing respondents with a uniform context that elicits thinking about situations requiring emotion regulation, *Journal of Personality Assessment*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/00223891.2022.2133722>

Rugancı, R. N., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a turkish version of the difficulties in emotion regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455. <https://doi.org/10.1002/jclp.20665>

Saruhan, V., & Yüksel, M. (2021). An investigation of social and emotional loneliness in young adults in terms of difficulties in emotion regulation. *Research on Education and Psychology*, 5(1), 102-117.

Ursachi, G., Horodnic, I. A., & Zait, A. (2015). How reliable are measurement scales? External factors with indirect influence on reliability estimators. *Procedia Economics and Finance*, 20, 679-686. [https://doi.org/10.1016/S2212-5671\(15\)00123-9](https://doi.org/10.1016/S2212-5671(15)00123-9)

Yiğit, İ., & Guzey Yiğit, M. (2019). Psychometric properties of turkish version of difficulties in emotion regulation scale-brief form (DERS-16). *Current Psychology*, 38, 1503-1511. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9712-7>