

Merhamet Korkusu Ölçeği'nin Geliştirilmesi

Development of the Fear of Compassion Scale

Eşref NAS¹, Ramazan SAK²

¹ Sorumlu Yazar, Doktora Öğrencisi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Eğitim Fakültesi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Türkiye, esrefnasx@gmail.com, (<https://orcid.org/0000-0002-4524-9534>)

² Doç. Dr., Okul Öncesi Eğitimi Bölümü, Eğitim Fakültesi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Türkiye, ramazansak06@gmail.com, (<https://orcid.org/0000-0002-7504-9429>)

Geliş Tarihi: 01.05.2021

Kabul Tarihi: 18.08.2021

ÖZ

Merhamet, bir başkasının acısına tanık olurken ortaya çıkan ve ardından yardım etme arzusunu tetikleyen bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Merhamet, insan hayatını etkileyen önemli özelliklerden biridir ve kişisel, kişilerarası ve sosyal barışın önemli bir bileşeni olarak görülmektedir. Ancak, bazı insanlar hem kendilerine hem de diğer insanlara karşı merhametli davranmakta güçlük çekebilmektedirler. Bu duruma merhamet korkusu denilmektedir. Bu çalışmanın amacı yetişkinlerin merhamet korkularını belirlemeye yönelik Merhamet Korkusu Ölçeği'nin geliştirilmesidir. Ölçeğin psikometrik özelliklerinin belirlenebilmesi için 556 yetişkinden veri toplanmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda 20 madde iki faktör (Başkalarına Merhamet Korkusu ve Kendine Merhamet Korkusu) altında toplanmış ve iki faktörlü yapı toplam varyansın %60,19'unu açıklamıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ortaya çıkan iki faktörlü yapı doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiş ve elde edilen uyum değerlerinin ($\chi^2/sd=1.912$; RMSEA=.057, RMR=.032, IFI=.96, CFI=.96, NFI=.92, RFI=.91, GFI=.90, AGFI=.87, SRMR=.045) iyi uyum gösterdikleri bulunmuştur. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin yarı güvenilirlik katsayısı .835 ve iç tutarlılık katsayısı ise .945 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak, yetişkinlerin merhamet korkularını belirlemeye yönelik geliştirilen Merhamet Korkusu Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Merhamet, merhamet korkusu, geçerlik, güvenilirlik.

ABSTRACT

Compassion is defined as an emotion that occurs while witnessing someone else's pain and then triggers a desire to help. Compassion is one of the important characteristics that affects human life and is seen as an important component of personal, interpersonal and social peace. However, some people may have difficulty in acting compassionately towards both themselves and other people. This situation is called as the fear of compassion. The aim of this study is to develop the Fear of Compassion scale to determine adults' fear of compassion. In order to determine the psychometric properties of the scale, data were collected from 556 adults. As a result of the exploratory factor analysis, 20 items were collected under two factors (Fear of Compassion to Others and Fear of Self-Compassion) and the two-factor structure explained 60.19% of the total variance. This two-factor structure was tested by confirmatory factor analysis and it was found that the obtained fit values ($\chi^2/sd=1.912$; RMSEA=.057, RMR=.032, IFI=.96, CFI=.96, NFI=.92, RFI=.91, GFI=.90, AGFI=.87, SRMR=.045) showed good fit. The split-half reliability coefficient of the Fear of Compassion scale was .835 and the internal consistency coefficient was .945. As a result, it was determined that the Fear of Compassion Scale developed to determine adults' fear of compassion, was a valid and reliable measurement tool.

Keywords: Compassion, fear of compassion, validity, reliability.

GİRİŞ

Merhamet, acı çeken insanlara karşı duyulan bir duygudur. Merhamet, ihtiyaç sahibi insanlara yönelik yapılan psiko-sosyal yardımdır. Merhamet kavramı, bir başkasının acısına tanıklık ederken ortaya çıkan ve daha sonra yardım etme arzusunu tetikleyen bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Goetz, Keltner ve Simon Thomas, 2010). Daha kapsamlı bir ifadeyle, merhamet, kişinin kendi hissettiği veya başkalarının çektiği sıkıntıların farkında olması, bu sıkıntıyı hafifletme amacıyla eyleme geçmesidir (Nas ve Sak, 2020).

Merhamet, insan hayatında etkili olan önemli özelliklerden biridir. Kişisel, kişilerarası ve toplumsal huzurun önemli bir bileşeni olarak görülmektedir (Goldin ve Jazaieri, 2017). Merhamet sosyalleşmenin gelişmesinde (Curtis, Horton ve Smith, 2012), prososyal davranışlar geliştirmede (Leiberg, Klimecki ve Singer, 2011), iyi-oluşun artırılmasında (Jazaieri ve diğerleri, 2014), stres ve kaygının azaltılmasında (Jazaieri ve diğerleri, 2018), sosyal adaletin gelişmesinde (Williams, 2008) ve depresyon ve anksiyete gibi çeşitli zihinsel sağlık sorunlarının sağaltımında (Gilbert, McEwan, Matos ve Ravis, 2011) etkili olabilmektedir.

Yukarıda belirtildiği üzere, merhametin hem bireysel hem de toplumsal düzeyde fayda sağlayıcı bir özellik taşıdığı anlaşılmaktadır. Ancak bazı insanlar, hem kendilerine hem de diğer insanlara karşı merhametli davranma noktasında zorluk yaşayabilmektedir. İnsanların merhametli olmada güçlük yaşadıkları bu durum, merhamet korkusu (fear of compassion) olarak açıklanmaktadır (Gilbert ve diğerleri, 2011). Merhamet korkusu, kişinin kendine ya da başkalarına karşı merhametli olmasından dolayı deneyimleyebileceği olumsuz duygu ve durumlardan korkmasıdır (Çevik ve Tanhan, 2020; Gilbert, 2009a; 2009b; 2010).

Türkçe alanyazın incelendiğinde, son yıllarda merhametle ilgili araştırmalarda (Örneğin; Avşaroğlu, 2019; Bayırlı, 2020; Candemir, 2019; Erdoğan, 2018; 2019; Tahincioğlu, 2018; Nas, 2020) ciddi bir artış olduğu ancak merhamet korkusu kavramının yurt içindeki çalışmalarda (Örneğin; Çevik ve Tanhan, 2020) yeni yeni ele alınmaya başlandığı görülmektedir. Genel anlamda insanların üzüntü, kaygı ve öfke gibi negatif duygulardan korkabildikleri belirtilmekle birlikte, yapılan son çalışmalarda insanların mutluluk korkusu (Gilbert, McEwan, Catarino ve Baião, 2014a) ve merhamet korkusu (Gilbert ve diğerleri, 2012) gibi pozitif duygulara ilişkin korkular yaşayabileceği ifade edilmektedir. Özellikle de depresyon ve anksiyete durumlarında, insanlar pozitif duyguları hissetmede güçlük yaşayabilmektedir (Gilbert, 2010). Buna göre kimi insanlar, mutlu oldukları zaman başlarına kötü bir şey gelebileceğinden korkabilmektedir (Gilbert ve diğerleri, 2011). Başka bir deyişle, insanlar bu gün mutlu bir şey yaşadıklarında yarın başlarına kötü bir şey gelebileceğine inanabilmektedir (Gilbert, 2010). Benzer şekilde, kimi insanların kendilerine ve başkalarına merhamet geliştirmeye yönelik motivasyonlarının düşük olduğu ve merhametli olmada büyük zorluklar yaşadığı belirtilmektedir. Alanyazında merhamet korkusu olarak geçen bu durum, merhametli olmaktan çekinme hâli olarak ve merhametli deneyimler ya da davranışlarda bulunmaya karşı direnç gösterme şeklinde açıklanmaktadır (Gilbert ve diğerleri, 2011).

Merhamet korkusu olan insanlar, kendilerine merhametli olmayı *kendine düşkünlük* (self-indulgence) olarak algılayabilmektedir. Bugün işler yolunda gidiyorsa yarın kötü şeyler olabileceğini düşünebilmektedir (Gilbert, 2010). Bu durumdaki insanlar, genelde merhamet konusunda olumsuz inançlara sahiptir. Bu yüzden de merhametli ve bağışlayıcı olmaya karşı direnç gösterebilmektedir. Kendine iyi davranmayı hak etmediğini düşünerek kendine iyilik yapmaya şüpheyle yaklaşmaktadır. Bu durum ise kendine karşı merhamet geliştirme ve deneyimleme korkusuyla açıklanmaktadır (Gilbert, 2009a; 2009b).

Merhamet korkusu farklı durumlarda ortaya çıkabilmektedir. Bazı durumlarda, insanlar merhamet eylemini zayıflığın bir hâli olarak düşünebilmektedir. Bu yüzden de merhamet gören kişi, kendisinin zayıf ve güçsüz olduğuna inanabilmektedir. Bazı durumlarda, insanlar başkalarından merhamet görmekten korkmaktadır ve bu nedenle de merhamet görmeyi hak

etmediklerini düşünebilmektedir. Bazı durumlarda ise insanlar başkalarına karşı merhametli olmayı gerekli görmemekle birlikte, başkalarına merhametli olmanın kendilerine zarar verebileceğinden korkmaktadır. Bu tür düşünceye sahip olan insanlar, kendilerine karşı eleştirel ve suçlayıcı bir tavır içinde olabilmekte ve başkalarının acılarına/sıkıntılarına karşı duyarsız kalabilmektedir. Bütün bu durumlarda yaşanan merhamet korkusunun çeşitli meta-bilişsel süreçlerden kaynaklandığı belirtilmektedir (Gilbert, 2010; Gilbert ve diğerleri, 2011).

Merhamet korkusu birçok durumdan kaynaklanabilmektedir. Örneğin; merhamet korkusunun ortaya çıkmasında istismar gibi erken çocukluktaki olumsuz deneyimler (Gilbert, 2009a) ve bağlanma sistemi (Mikulincer ve Shaver 2007) etkili olabilmektedir. Zihinsel problemler, duyarsızlaşma (desensitization), aleksitimik zorluklardan ve mizah duygusunun yetersiz olmasından dolayı insanlar merhamet korkusu yaşayabilmektedir. Ayrıca merhamet duygusu eksik olan insanlar, merhametli imge (imagery) kullanmakta ve merhametli hayal kurmakta güçlü çekebilmektedir (Gilbert, 2010). Aşırı utangaç olan ve öz-eleştirisini yüksek olan kişiler, kendilerine ve başkalarına karşı içtenlik ve nezaket göstermede zorluk yaşayabilmektedir (Gilbert, 2009a). Bu verilenler, merhamet korkusunun çocukluk yaşantılarıyla ve çeşitli psikolojik sorunlarla ilişkili olabildiğini göstermektedir.

Merhamet korkusu, genelde üç boyutta ele alınmaktadır. Birinci boyut, kişinin başkalarına karşı merhametli olmaktan korktuğu duruma işaret etmektedir. İkinci boyut, kişinin başkalarından gelen merhametten korkma hâlini göstermektedir. Üçüncü boyut ise kişinin kendine karşı merhametli olmaktan korkmasıyla açıklanmaktadır (Asano ve diğerleri, 2017; Gilbert ve diğerleri, 2014a; Gilbert ve diğerleri, 2011; Watson, 2018).

Başkalarına karşı merhametli olma korkusu (*fear of compassion for others*): Başkalarına karşı merhametli olma korkusunu deneyimleyen birey, insanların sürekli olarak kendisinden faydalanacağından korkmaktadır. Kendini kullanılmış hissetmektedir. Merhametli olduğunda, insanların ona bağımlı hâle geleceğinden endişe etmektedir. Bu nedenle de başkalarının sıkıntılarını tahammül edememektedir ve acılarına karşı tolerans gösterememektedir. Başkalarına merhametli olmaktan korkan birey, merhametli olmayı bir zayıflık göstergesi olarak düşünmektedir. Başkasının acısını anlamada ve onlara yardım etmede isteksiz ya da yetersiz olabilmektedir. Bununla birlikte, merhametli olduğunda insanların onun merhametini kötüye kullanabileceğini ve bu nedenle gelecekte kendisinin zarar görebileceğini düşünebilmektedir (Çevik ve Tanhan, 2020; Gilbert ve diğerleri, 2011; Whetsel, 2017).

Başkalarından merhamet görme korkusu (*fear of compassion from others*): Başkalarından merhamet görmekten korkan birey, insanlara karşı güvensiz bir duygu içindedir. İhtiyaç duyduğunda, insanların ona merhamet göstermeyeceklerinden endişe duymaktadır. İnsanların bir çıkarı/menfaati olduğunda kendisine nazik ve merhametli davranacaklarını düşünmektedir (Gilbert ve Choden, 2014). Bu nedenle birey, başkasının kendisine gösterebileceği merhamete güvenmemektedir ve dolayısıyla başkasından gelen merhameti bir tehlike olarak algılayabilmektedir. Ayrıca bu durumdaki bazı bireyler de başkalarından merhamet görmeyi hak etmediğini düşünebilmektedir (Çevik ve Tanhan, 2020; Whetsel, 2017).

Kendine karşı merhametli olma korkusu (*fear of compassion for self*): Kendine karşı merhametli olma korkusunu yaşayan birey, merhameti hak etmediğini düşünebilmekte ya da zayıflık olarak algılamaktadır. Bu durumdaki birey, merhamet duygusuna aşına olmamakla birlikte kendini yalnız ve reddedilmiş hissedebilmektedir. Kendine merhametli olma korkusu aynı zamanda merhametli olmayı önemsememe gibi durumlarla ilişkili olabilmektedir (Gilbert ve diğerleri, 2011). Ayrıca bu durumdaki birey, kendisine merhametli olduğunda, güçsüz bir kişi olacağından korkmaktadır. Kendisine merhamet gösterdiğinde, aslında olmak istemediği biri olacağını düşünebilmektedir. Bu yüzden de kendisine karşı nazik ve bağışlayıcı olmayı doğru ve faydalı bulmamaktadır (Gilbert ve Choden, 2014).

Araştırmalarda merhamet korkusuyla bağlanma stilleri, kaygı, (Gilbert ve diğerleri, 2011), yemek bozukluğu (Dias, Ferreira ve Trindade, 2018), beden imajı (Ferreira, Dias ve Oliveira, 2019), anksiyete, öz-eleştiri, depresyon, stres (Gilbert, McEwan, Catarino ve Baião, 2014b) gibi durumların ve çocukluk çağı deneyimlerinin (Matos, Duarte ve Pinto Gouveia, 2017) ilişkili olduğu belirtilmektedir. Merhamet korkusu birçok durumdan veya yanlış yargılardan kaynaklanabilmektedir. Örneğin; nazik ve bağışlayıcı olmayı zayıflık olarak düşünmek, merhamet korkusunun oluşmasında etkili olabilmektedir (Gilbert ve diğerleri, 2011). Ruhsal açıdan hasta olan bireyler, kendilerine karşı merhametli olmaktan korkabilmektedir (Gilbert ve Procter, 2006).

Bireylerin merhamet korkusu yaşamaları, onların kendine zarar verme davranışını etkileyebilmektedir (Xavier, Cunha ve Pinto Gouveia, 2015). Merhamet korkusu yaşayan bireyler, kendilerine karşı eleştirel davranabilmekte ve suçluluk duygusuna kapılabilmektedir (Gilbert, 2010). Bunun yanı sıra merhametli eylem ve yaklaşımlarından dolayı bazı bireyler, istemedikleri sonuçlarla karşılaşabilmektedir ve başkalarına yardım etmenin ve bakım vermenin sonucunda merhamet yorgunluğu (compassion fatigue) yaşayabilmektedir (Figley, 2002). Bireylerin deneyimledikleri merhamet korkusunun önlem alınmadığı takdirde ciddi sağlık sorunlarına neden olabileceği belirtilmektedir (Çevik ve Tanhan, 2020). Bu anlamda, bireylerin merhamet korkusuyla başa çıkmaları ve yaşadıkları merhamet korkusunun azaltılması önemli görülmektedir. Merhamet korkusunun azaltılması için de öncelikle yaşanan korku düzeyinin bilinmesi ve ölçülmesi gerekmektedir. Bu durum ise merhamet korkusunu ölçmeye yarayan bir ölçme aracına ihtiyaç duyulduğu anlamına gelmektedir. Ancak Türkçe alanyazın incelendiğinde, merhamet korkusunu ölçebilecek geçerli ve güvenilir herhangi bir ölçme aracının mevcut olmadığı saptanmaktadır.

Merhamet konusunda Türkiye’de yapılan ölçek çalışmalarının genel itibarıyla uyarlama şeklinde gerçekleştirildiği anlaşılmaktadır. Başka bir ifadeyle, ülkemizde kullanılan merhamet konulu ölçeklerin yurt dışında geliştirilip Türkçe alanyazına kazandırılmış olduğu gözlenmektedir. Örneğin; Pommier’in (2011) geliştirdiği *Compassion Scale*, Türkçeye Akdeniz ve Deniz (2016) tarafından *Merhamet Ölçeği* şeklinde uyarlanmıştır. *Lovingkindness-Compassion Scale* (Cho ve diğerleri, 2018) Sarıçam ve Erdemir (2019) tarafından *Şefkat-Merhamet Ölçeği* olarak uyarlanmıştır. Ayrıca Chang, Fresco ve Green (2014) tarafından geliştirilen *Compassion of Others’ Lives Scale*, Türkçe alanyazında *Başkalarının Yaşamına Merhamet Ölçeği* (Coşkun, Kavaklı, Babayigit ve Chang, 2017) şeklinde yer almıştır. Neff’in (2003) geliştirmiş olduğu *Self-Compassion Scale* ile ilgili iki farklı adaptasyon çalışması yapılmış ve ölçme aracının hem *Öz-Anlayış Ölçeği* (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008) hem de *Öz-Duyarlılık Ölçeği* (Akın, Akın ve Abacı, 2007) olarak Türkçe alanyazına dâhil edilmiştir. Sprecher ve Fehr (2005) tarafından geliştirilen *Compassion Love Scale* ise Akın ve Eker (2012) tarafından Türkçeye *Duyarlı Sevgi Ölçeği* şeklinde uyarlanmıştır. Aynı zamanda Dinç ve Ekinci (2019) tarafından *Compassion Fatigue-Short Scale* (Adams, Boscarino ve Figley, 2006) ile ilgili çalışma yapılmış ve *Merhamet Yorgunluğu-Kısa Ölçeği* olarak Türkçe alanyazında yer almıştır. Bununla birlikte Stamm (2010) tarafından geliştirilen ve hem *Professional Quality of Life Scale (Version 5)* hem de *Compassion Satisfaction and Compassion Fatigue Scale* olarak bilinen ölçeğin Yeşil ve diğerleri (2010) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ve ilgili ölçek *Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği* şeklinde uyarlanmıştır. Aynı ölçek, Çınarlı (2019) tarafından yapılan çalışmada, *Merhamet Doyumu ve Merhamet Yorgunluğu Ölçeği* olarak Türkçeye dâhil edilmiştir. Söz konusu ölçeğin *Mesleki Yaşam Kalitesi Ölçeği* olarak da bilindiği ve daha çok bireylerin çalışma yaşam kalitelerini belirlemeye yönelik olduğu belirtilmiştir.

Merhamete ilişkin yukarıda verilen ölçeklere bakıldığında, genel olarak bu ölçeklerin üniversite öğrencileri veya diğer yetişkinlere yönelik olduğu görülmektedir. Ayrıca Türkçe alanyazındaki ölçeklerin yurt dışında geliştirilen ölçeklerden uyarlandığı anlaşılmaktadır. Bununla birlikte yurt içinde ve yurt dışında yapılan ölçek çalışmalarında çocuklara ve

ergenlere yönelik herhangi bir ölçme aracının mevcut olmadığı saptanmıştır. Bu boşluk göz önünde bulundurularak Nas ve Sak (2021) tarafından 12-18 yaş aralığındaki çocuklar için *Merhamet Ölçeği* geliştirilmiştir. Bunun yanı sıra, yukarıda da belirtildiği gibi, Türkçe alanyazın incelendiğinde, merhamet korkusunu belirlemeye yönelik herhangi bir ölçme aracının bulunmadığı anlaşılmaktadır. Bu nedenle de bireylerin merhamet korkusu düzeylerini belirleyebilecek bir ölçme aracına ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca merhamet korkusunun doğasına ilişkin araştırma yapılması ve merhamet korkusunun ölçülmesi gerekli görülmektedir (Gilbert ve diğerleri, 2011). Bu bağlamda, bu çalışmada yetişkinlere yönelik *Merhamet Korkusu Ölçeği*'nin geliştirilmesi amaçlanmaktadır. Ölçeğin geliştirilmesinin, Türkçe alanyazındaki merhamet korkusu ile ilgili ölçek boşluğunun giderilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

YÖNTEM

Bu çalışmanın amacı yetişkin bireylerin merhamet korkularını belirlemeye yönelik Merhamet Korkusu Ölçeği'nin geliştirilmesidir. Bu nedenle ölçek geliştirme süreçleri yöntemsel olarak izlenmiştir.

2.1. Çalışma Grubu

Merhamet Korkusu Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik analizlerinde kullanılmak üzere çalışmanın verileri 2021 yılı Ocak-Mart aylarında Merhamet Korkusu Ölçeği'nin toplamda 556 yetişkine uygulanmasıyla elde edilmiştir. Çalışmadaki veri toplama araçlarının daha sağlıklı doldurulması, boş maddenin bırakılmaması ve kâğıt israfı gibi avantajlarının yanı sıra Covid-19 salgınından dolayı Google Forms uygulaması kullanılarak çalışmanın verileri toplanmıştır. Toplamda 556 ölçek, veri analizinde kullanılmıştır. Aşağıdaki tabloda, 556 katılımcıya ait demografik bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 1. Çalışmanın Katılımcılarına İlişkin Demografik Bilgiler

		n	%
Cinsiyet	Kadın	262	47,1
	Erkek	294	52,9
Yaş	18-25	110	19,8
	26-33	223	40,1
	34-41	131	23,6
	42 ve üstü	92	16,5
Medeni Durumları	Evli	340	61,2
	Bekâr	210	37,8
	Boşanmış	6	1,1
Eğitim Durumları	Lise	37	6,7
	Üniversite	449	80,8
	Lisansüstü	50	9,0
	Ortaokul	9	1,6
	İlkokul	11	2,0

Tablo 1 incelendiğinde; erkek katılımcıların sayısının kadın katılımcıların sayısından 32 kişi daha fazla olduğu, katılımcılardan 18-33 yaş aralığında olanların katılımcıların yarısından fazlasını oluşturduğu ve evli olanların katılımcıların yarısından fazlasını oluşturdukları görülmektedir. Ayrıca katılımcıların büyük çoğunluğu üniversite mezunudur. Alanyazında yeterli sayıda katılımcının olduğu durumlarda açılımlayıcı ve doğrulayıcı faktör Analizlerinin aynı çalışma grubu yerine çalışma grubunun ikiye bölünüp ilk yarısı ile AFA, diğer yarısı ile de DFA yapılması önerilmektedir (Fabrigar, Wegener, MacCallum ve Strahan, 1999). Bu nedenle

bu araştırmada toplanan veriler ortadan ikiye bölünmüş ve ilk yarısı ile AFA, diğer yarısı ile de DFA yapılmıştır. Diğer bir ifadeyle AFA için 278 ölçek, DFA için ise 278 ölçek kullanılmıştır.

2.2. Veri Toplama Aracının Geliştirilmesi

Ölçme aracının geliştirilmesi amacıyla merhamet korkusu ile ilgili alanyazın (Çevik ve Tanhan, 2020; Gilbert, 2009a; 2009b; 2010; Gilbert ve Choden, 2014; Gilbert ve diğerleri, 2011; Whetsel, 2017) incelenmiş ve yapılan inceleme sonucunda 81 maddelik bir madde havuzu oluşturulmuştur. Havuzda yer alan maddeler 5 Türkçe öğretmeni tarafından değerlendirilmiş, değerlendirme sonucunda taslaktaki bazı maddelerde değişiklik yapılmış ve bazı maddeler de taslaktan çıkarılmıştır. Bu durumun sonucunda taslakta 71 madde kalmıştır. Ardından taslağın son hâli 9 uzman görüşüne sunulmuştur. Gelen 6 uzman dönütü dikkate alınmış ve yine bazı maddeler düzeltilirken bazı maddeler de çıkarılmıştır. Son hâlinde 41 maddelik bir taslak oluşmuştur.

Ölçeğin taslak hâlinin uygulanması için Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Bilimsel Araştırmalar Yayın Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır. Çalışmada, izinler alındıktan sonra ölçek maddelerinin anlaşılabilirliğinin tespit edilmesi için pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama sonucunda birkaç küçük düzeltme ile toplamda 41 maddeden oluşan taslak ölçek, Covid-19 salgını nedeniyle yüz yüze verilerin toplanmasının riskli olabileceği göz önünde bulundurularak internet (e-mail, WhatsApp) üzerinden gönüllü katılımcılara ulaştırılmıştır. Katılımcıların formları doldurmaları sonucunda veri toplama işlemi gerçekleşmiştir. Ayrıca çalışmada katılımcıların kimliklerini yansıtıcı herhangi bir bilgiye yer verilmemiştir.

2.3. Verilerin İşlenişi ve Analizi

Analizlere geçilmeden önce veriler tekrar gözden geçirilmiş, uç değerler atılmış ve yanlış girilen veriler düzeltilmiştir. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin uygulanmasından elde edilen verilere öncelikle ölçeğin yapı geçerliliği için açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. AFA genellikle araştırmanın başında bir değişkenler grubu arasındaki karşılıklı ilişkiler hakkında bilgi toplamak amacıyla yapılmaktadır (Pallant, 2016). Diğer bir ifade ile AFA en az içerik kaybıyla fazla miktardaki veriyi gruplandırarak madde sayısını azaltmaktadır. AFA'da maddelerin yük değerlerine bakılarak her bir maddenin hangi faktör altında yer alacağına karar verilmektedir. Çalışmada, faktörleri belirlemek için en yaygın kullanılan temel bileşenler analizi (principal component analysis) kullanılmıştır (Pallant, 2016). Temel bileşenler analizi fazla sayıdaki değişkeni azaltarak daha az sayıda bileşen altında toplamak amacıyla kullanılmıştır (Tabachnick ve Fidel, 2007). SPSS 22 programı kullanılarak AFA yapılmıştır. Ölçekteki faktörlerin birbiriyle ilişkili olmalarından dolayı eğik döndürme tekniklerinden Direct Oblimin kullanılarak analiz tamamlanmıştır. AFA yapıldıktan sonra elde edilen yapının geçerli bir yapı olup olmadığı doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. DFA AMOS paket programı kullanılarak yapılmıştır. DFA'da maksimum olabilirlik tekniği kullanılmıştır. Ayrıca, SPSS 22 paket programı yardımıyla Merhamet Korkusu Ölçeği'nin güvenilirliği için iç tutarlılık ve yarı güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır.

BULGULAR

Açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik katsayıları hesaplanarak Merhamet Korkusu Ölçeği'nin psikometrik özellikleri belirlenmiştir.

3.1. Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA)

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy (KMO) ve Barlett's Test of Sphericity değerlerine bakılarak, Merhamet Korkusu Ölçeği'nin (MKÖ) uygulanmasıyla elde edilen verilerin faktör analizine uygun olup olmadıkları belirlenmiştir. Yapılan analiz sonucunda KMO değerinin 0.94 olduğu belirlenmiştir. Barlett's Test of Sphericity ile eldeki

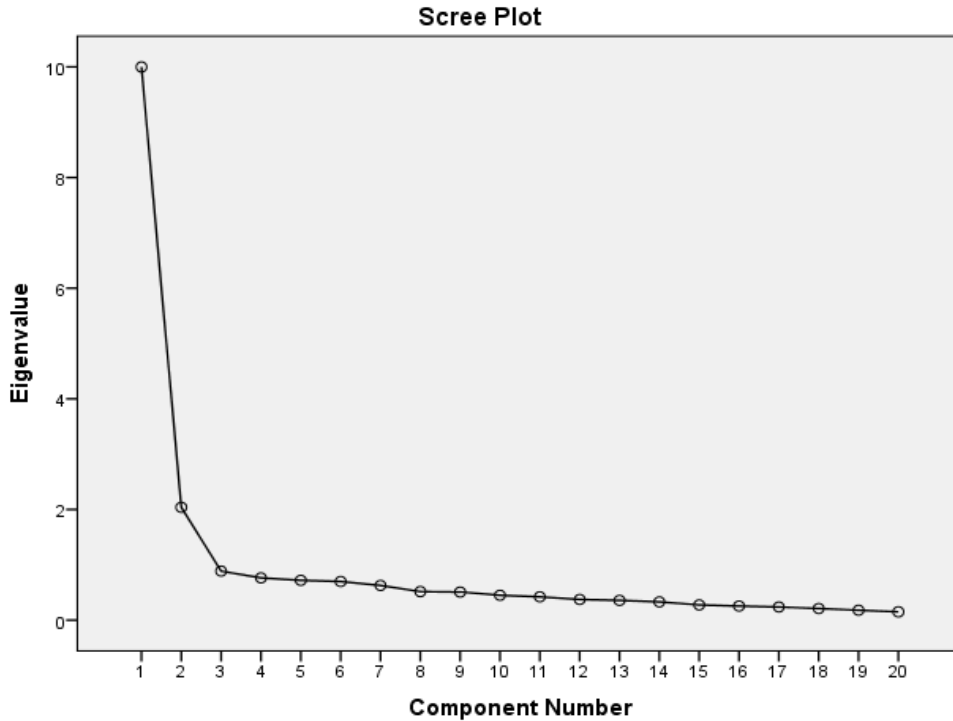
verilerin çok değişkenli normalliğe sahip olup olmadığı test edilmiş olup Barlett's Test of Sphericity değerinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p=0.00$). KMO testinin değeri 0 ile 1 aralığında olup, 0.60'tan büyük olması analiz için örneklem sayısının uygun olduğunu, 0.80 üstü değerlerin ise mükemmel olduğunu göstermektedir. Verilerin faktör analizine uygun olduğu Barlett's Test of Sphericity değerinin anlamlı çıkmış olmasından anlaşılmaktadır (Büyüköztürk, 2002; Pallant, 2016).

Hem önemli faktör sayısına karar vermek için hem de faktörlerce açıklanan varyansı hesaplamada dikkate alınan bir katsayı öz değerdir. Öz değeri (eigenvalue) 1'den büyük olan faktörler anlamlı kabul edilmektedir (Yaşlıoğlu, 2017). Bir faktör tarafından açıklanan toplam varyansın miktarını bu faktörün öz değeri bu temsil etmektedir (Pallant, 2016). Bu nedenle bu çalışmada yapılan faktör analizinde bir faktörün öz değerinin en az % 1 olması ve alt faktörlerin her birinin ölçekte yer alan toplam varyansın en az %5'ini açıklaması kriter olarak alınmıştır. Bu koşulları sağlayan iki alt faktörün öz değerleri ve açıkladıkları varyanslar ile açıkladıkları toplam varyans aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2. Faktör Sayısı ve Açıklanan Toplam Varyansa İlişkin Bulgular

Faktörler	Özdeęer	Açıkladığı varyans (%)	Açıklanan Toplam Varyans (%)
Başkalarına Merhamet Korkusu	9,999	49,994	60,193
Kendine Merhamet Korkusu	2,040	10,199	

Yamaç-birikinti grafiği ölçęin kaç faktörden oluştuğuna karar verebilmek için bakılması önerilen diğer bir yöntemdir (Pallant, 2016). Yamaç-birikinti grafiği incelendiğinde de Merhamet Korkusu Ölçeği'nin iki alt faktörden oluştuğu görülmektedir.



Şekil 1. Merhamet Korkusu Ölçeği açılımlayıcı faktör analizi yamaç-birikinti grafiği

Tablo 3. Açımlayıcı Faktör Analizine Göre Alt Boyutlar, Madde Yük Değerleri ve Madde Analizleri

Alt Boyutlar	Maddeler	Ortak Varyans	Bileşen-1 Faktör Yüğü	1.Faktör	2.Faktör	Madde Toplam Korelasyonu
Başkalarına Merhamet Korkusu	M24	,611	,679	,835		,640
	M16	,625	,707	,810		,665
	M27	,601	,700	,783		,669
	M13	,557	,661	,776		,619
	M17	,639	,742	,764		,707
	M28	,467	,592	,731		,550
	M14	,607	,735	,714		,697
	M23	,515	,664	,690		,626
	M10	,501	,659	,673		,619
	M18	,506	,680	,626		,636
M5	,505	,687	,599		,646	
Kendine Merhamet Korkusu	M40	,822	,790		-,953	,756
	M41	,753	,768		-,893	,730
	M39	,759	,775		-,890	,738
	M38	,719	,765		-,846	,731
	M37	,602	,689		-,796	,652
	M36	,539	,667		-,724	,622
	M35	,648	,765		-,713	,731
	M34	,527	,672		-,688	,630
M31	,537	,711		-,598	,670	
Açıklanan Varyans (Alt Faktörler)				%	%	
				49,99	10,19	
Açıklanan toplam varyans: 60,19 KMO: ,94 / Barlett's test: sig=0,00<0,05 x ² : 3750,477/ df: 190						

Faktör analizi yapılırken faktör yükleri .50 ve üzeri olan maddeler faktöre dâhil edilmiştir. Hem faktör yük değeri .50'nin altında olan hem de yüksek iki yük değeri arasındaki farkın .10'dan az olduğu M1, M2, M3, M4, M6, M7, M8, M9, M11, M12, M15, M19, M20, M21, M22, M25, M26, M29, M30, M32 ve M33 maddeleri tek tek analizden çıkarılarak, analiz tekrarlanarak yapılmıştır.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçekteki 41 maddeden 21'i ölçekten çıkarılmış ve kalan 20 madde iki faktör altında toplanmıştır. Elde edilen bu iki faktörlü yapı toplam varyansın %60.19'unu açıklamıştır. *Başkalarına Merhamet Korkusu* alt boyutu 11 sorudan oluşmuş olup varyansın %49,99'unu açıklamaktadır. *Başkalarına Merhamet Korkusu* alt faktöründeki maddelerin faktör yük değerleri .599 ile .835 arasında değişmektedir. *Kendine Merhamet Korkusu* faktörü 9 sorudan oluşmuş olup varyansın %10.19'unu açıklamaktadır. *Kendine Merhamet Korkusu* faktöründeki maddelerin faktör yük değerleri .598 ile .953 arasında değişmektedir. Diğer bir ifadeyle, iki alt faktördeki en düşük madde yük değeri .598 iken en yüksek madde yük değeri .953'dir.

Tablo 3'teki madde toplam korelasyonları incelendiğinde madde toplam korelasyon değerlerinin .550 ile .756 arasında oldukları görülmektedir. Maddelerin ölçülecek özelliği ayırt edebilmesi ve ölçek toplam puanıyla uyumlu olması açısından .30 ve üzeri bir değer yeterli olduğu kabul edilmektedir. *Merhamet Korkusu Ölçeği*'nde bulunan 20 maddenin hepsinin ölçek toplam puanı ile yüksek düzeyde ilişkili olduğu ve madde geçerliliğinin sağlandığı ifade

edilebilir. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin faktörleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için faktörler arası korelasyona bakılmıştır.

Tablo 4. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar

Alt Boyutlar	Başkalarına Merhamet Korkusu	Kendine Merhamet Korkusu
1. Başkalarına Merhamet Korkusu	1	,665**
2. Kendine Merhamet Korkusu	,665**	1

*p<.05, ** p<.01

Tablo 4'te de görüldüğü gibi, Merhamet Korkusu Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki korelasyon katsayısının çoklu bağıntı (multicollinearity) problemi oluşturmadığı ve alt boyutlar arasında anlamlı düzeyde ilişkiler olduğu söylenebilir.

3.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)

Yapılan açımlayıcı faktör analiziyle oluşturulan bir model aracılığıyla gözlenen değişkenlerden yola çıkarak gizil değişken (faktör) oluşturmaya yönelik bir analiz olup, önceden belirlenmiş bir yapının doğrulanmasını amaçlamaktadır (Yaşlıoğlu, 2017). Diğer bir ifadeyle, DFA önceden seçilen faktör modelinin veriye uyumunun sağlanıp sağlanmadığını değerlendirmek için kullanılan bir analizdir (Plucker, 2003). Açımlayıcı faktör analizi elde edilen ve iki alt boyuttan oluşan model için uyum değerleri hesaplanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modelin uyum indeksleri iyi uyum göstermiştir ancak programın önerdiği modifikasyon ile daha iyi bir uyuma ulaşılmıştır. Hesaplanan modifikasyonlar sonucunda bazı maddelerin (M13-M14, M27-M28, M34-M35, M38-M39) hata kovaryansları arasında önemli düzeyde ilişki olduğu anlaşılmıştır. Aynı faktör altında olan bu maddeler arasında gözlenen yüksek hata korelasyonları modele eklenerek model tekrar test edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları Şekil 1'de gösterilmiştir.

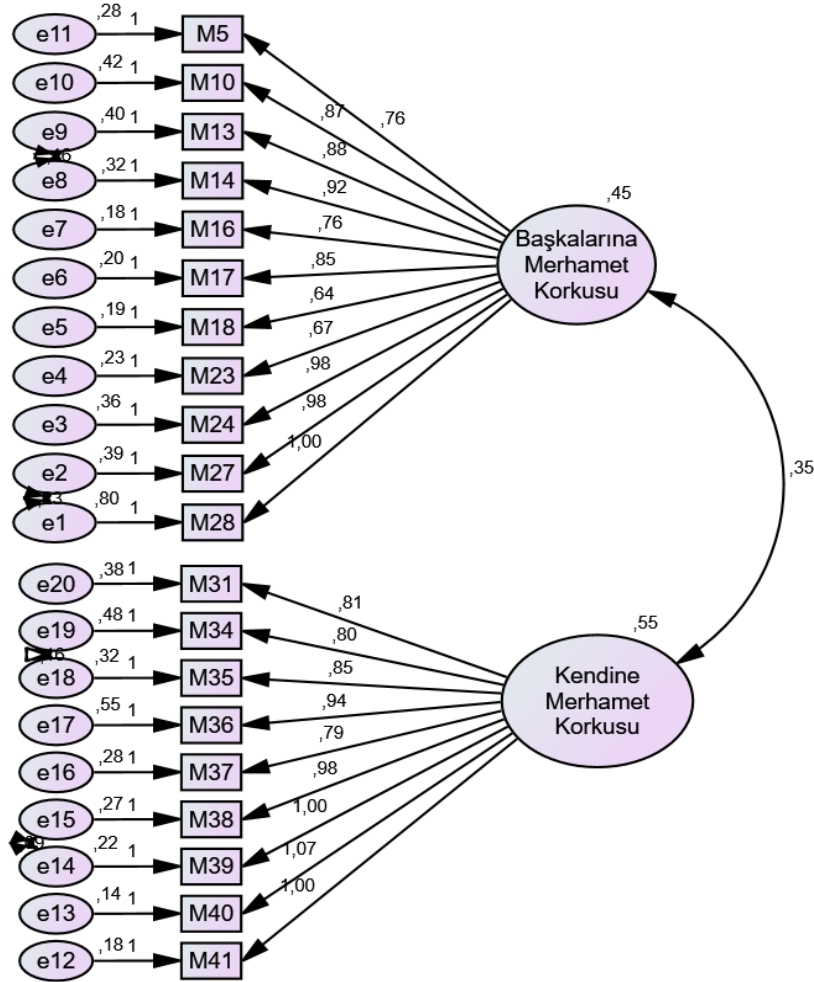
Ortaya konulan modelin yapısal geçerliliği, tasarlanan modelin gerçek ile ne derece uyduğuna test eden uyum indeksleri tarafından ortaya konulmaktadır. Uyum indekslerinin birbirlerinden üstün veya zayıf yönleri bulunmamakla birlikte, bazıları örneklem büyüklüğüne, bazıları serbestlik derecesine, bazıları da modelin basitlik veya karmaşıklığına hassasiyet gösterebilmektedir (Yaşlıoğlu, 2017; Byrne, 2011). Bu nedenle mümkün olduğunca çok indeks raporlanması önerilmektedir. Bu çalışmada *mutlak uygunluk ölçütlerinden* (absolute fit indices) χ^2/sd , RMSEA, GFI, ve *aşamalı uygunluk ölçütlerinden* (incremental fit indices) CFI, NFI ölçüt olarak alınmıştır. Ayrıca, RMR, SRMR, IFI, RFI, AGFI indeksleri ölçüt olarak alınmıştır.

Aşağıdaki tabloda bu çalışmada elde edilen uyum indeksleri ve alanyazına dayalı (Byrne, 2011; Hooper, Coughlan and Mullen, 2008; Hu ve Bentler, 1999; Marsh ve Hau, 1996; Marcoulides ve Schumacher, 2001; Miles, Shevlin, 1998; Schumacker and Lomax, 2010; Tabachnick ve Fidel, 2007; Waltz, Strickland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012) kabul edilebilir ve mükemmel uyuma ilişkin indeks kabul sınırları verilmiştir.

Tablo 5. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin Uyum İndeks Değerleri ve Uyum İndekslerinin Kabul Sınırları

Uyum İndeksleri	Araştırma Bulgusu	Mükemmel Uyum Ölçütü	Kabul Edilebilir Uyum Ölçütü	Sonuç
χ^2/sd	1.912	0-2	≤ 5	Mükemmel Uyum
RMSEA	.057	≤ 0.05	≤ 0.08	Kabul Edilebilir Uyum
RMR	.032	≤ 0.05	≤ 0.08	Mükemmel Uyum
SRMR	.045	≤ 0.05	≤ 0.08	Mükemmel Uyum
IFI	.96	≥ 0.95	≥ 0.90	Mükemmel Uyum

CFI	.96	≥0.95	≥0.90	Mükemmel Uyum
NFI	.92	≥0.95	≥0.90	Kabul Edilebilir Uyum
RFI	.91	≥0.95	≥0.90	Kabul Edilebilir Uyum
GFI	.90	≥0.90	≥0.85	Mükemmel Uyum
AGFI	.87	≥0.90	≥0.85	Kabul Edilebilir Uyum



CMIN=315,456; DF=165; CMIN/DF=1,912; P=,000; RMSEA=,057; CFI=,959; GFI=,900; AGFI=,872; IFI=,959

Şekil 2. DFA sonucunda ortaya konulan iki faktörlü model n= 378, $\chi^2= 314,116$, sd= 163, $p<0.001$

3.3. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Merhamet Korkusu Ölçeği'nin güvenilirliği için Cronbach's Alfa değeri hesaplanmıştır. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin *Başkalarına Merhamet Korkusu* alt boyutuna ait Cronbach's Alfa değeri .91 ve *Kendine Merhamet Korkusu* alt boyutuna ilişkin Cronbach's Alfa değeri .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin toplamı için hesaplanan toplam güvenilirlik katsayısı ise .94'tür.

Merhamet Korkusu Ölçeği'nin yarı güvenirlik katsayısı .835 olarak bulunmuştur. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin *Başkalarına Merhamet Korkusu* alt boyutuna ait iki yarı güvenirlik katsayısı .880 ve *Kendine Merhamet Korkusu* alt boyutuna ilişkin iki yarı güvenirlik katsayısı .909 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 6. Merhamet Korkusu Ölçeği'nin Faktörlerine İlişkin Güvenirlik Katsayıları

Faktör Adı	Güvenirlik katsayısı	İki Yarı Güvenirlik
1. Başkalarına Merhamet Korkusu	.914	.880
2. Kendine Merhamet Korkusu	.931	.909
Toplam Cronbach's Alfa değeri	.945	.835

TARTIŞMA VE SONUÇ

Merhamet korkusu merhametli olmaktan çekinme hâli ve merhametli deneyimler ya da davranışlarda bulunmaya karşı direnç gösterme şeklinde tanımlanmaktadır (Gilbert ve diğerleri, 2011). Türkçe alanyazın incelendiğinde, merhamet korkusunu belirlemeye yönelik herhangi bir ölçme aracının bulunmadığı anlaşılmaktadır. Bu nedenle de yetişkinlerin merhamet korkusu düzeylerini belirleyebilecek bir ölçme aracına ihtiyaç duyulmaktadır. Merhamet korkusuyla ilgili alanyazın ve ölçeklerden yararlanılarak Merhamet Korkusu Ölçeği hazırlanmıştır. 41 maddeden oluşan taslak Merhamet Korkusu Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik analizlerinin yapılabilmesi için taslak ölçek 556 yetişkine uygulanmıştır.

Ölçeğin yapı geçerliliği için öncelikle değişkenler arası ilişkiler sorgulanarak, açımlayıcı faktör analizi ile yeni bir yapı ortaya konmaya çalışılmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda, 41 maddeden 21'i analizden çıkarılmış ve kalan 20 madde iki faktör altında toplanmıştır. Ortaya çıkan bu iki faktörlü yapı toplam varyansın %60,19'unu açıklamıştır. İki faktördeki en düşük madde yük değeri .598 iken en yüksek madde yük değeri ise .953'tir. Bundan hareketle madde faktör yük değerlerinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda belirlenen bu iki faktörlü yapı doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. DFA sonucundaki uyum değerleri ($\chi^2/sd= 1.912$; RMSEA=.057, RMR=.032, IFI=.96, CFI=.96, NFI=.92, RFI=.91, GFI=.90, AGFI=.87, SRMR=.045) alanyazına dayalı olarak incelendiğinde, RMSEA, NFI, RFI ve AGFI uyum değerlerinin kabul edilebilir uyum değerleri aralığında oldukları, χ^2/sd , RMR, SRMR, IFI, CFI ve GFI uyum değerlerinin ise mükemmel uyum değerlerinde oldukları görülmektedir (Byrne, 2011; Hooper vd., 2008; Hu ve Bentler, 1999; Marsh and Hau, 1996; Marcoulides ve Schumacher, 2001; Miles, Shevlin, 1998; Schumacker and Lomax, 2010; Tabachnick ve Fidel, 2007; Waltz, Strickland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012) DFA'dan alınan göstergeler, ölçeğin iki boyut ile bazı uyum indekslerinde mükemmel ve bazılarında ise kabul edilebilir düzeyde açıklanabileceğini göstermektedir. Cronbach Alfa katsayısı .70'ten yüksek olduğunda ölçme aracının kullanılabilmesi için yeterli olduğu belirtilmektedir (Field, 2009; Tezbaşaran, 1996). Ölçeğin tamamına ve iki alt boyutuna ilişkin güvenirlik katsayısı ile iki yarı güvenirlik katsayısının .835 ile .945 arasında olmasından dolayı Merhamet Korkusu Ölçeği'nin güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, geliştirilen Merhamet Korkusu Ölçeği'nin AFA ile belirlenen iki faktörden (Başkalarına Merhamet Korkusu ve Kendine Merhamet Korkusu) oluşan modelinin DFA ile doğrulandığı belirlenmiştir. Ayrıca, Merhamet Korkusu Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayılarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Toplamda 20 madde ve iki alt boyuttan (*Başkalarına Merhamet Korkusu* ve *Kendine Merhamet Korkusu*) oluşan Merhamet Korkusu Ölçeği'nin yetişkin bireylerin merhamet korkularını belirlemeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu saptanmıştır. Merhamet Korkusu Ölçeği, 20 maddeden oluşan iki boyutlu, 5'li Likert tipinde bir ölçek olup, ölçekte tersten kodlanan madde bulunmamaktadır.

Ölçekten alınabilecek puanlar 20-100 arasında değişmektedir ve alınan yüksek puanlar merhamet korkusunun yüksek olduğuna işaret etmektedir.

KAYNAKÇA

- Adams, R.E., Boscarino, J.A. & Figley, C.R. (2006). Compassion fatigue and psychological distress among social workers:a validation study. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(1), 103-108. DOI: 10.1037/0002-9432.76.1.103
- Akdeniz, S. ve Deniz, M. E. (2016). Merhamet ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness And Well-Being*, 4(1), 50-61.
- Akın, A. ve Eker, H. (2012). Duyarlı sevgi ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(1), 75-85.
- Akın, Ü., Akın, A. ve Abacı, R. (2007). Öz-duyarlık ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 1-10.
- Asano, K., Tsuchiya, M., Ishimura, I., Lin, S., Matsumoto, Y., Miyata, H., Kotera, Y., Shimizu, E. ve Gilbert, P. (2017). The development of fears of compassion scale Japanese version. *PLoS ONE*, 12(10), 1-17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185574>
- Avşaroğlu, S. (2019). Merhamet eğitimi programının üniversite öğrencilerinin merhametli olma düzeylerine etkisi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(3), 2484-2500.
- Bayırlı, H. (2020). Merhamet değeri: Sınıf öğretmenlerinin görüşleri ve etkinlik örnekleri. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 9(2), 468-493. <http://dx.doi.org/10.30703/cije.619866>
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32(32), 470-483.
- Byrne, B. M. (2011). Structural equation modeling with AMOS Basic concepts, applications, and programming (Multivariate Applications Series), Routledge, New York.
- Candemir, M. L. (2019). *Engelli çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynlerin öz anlayış, kişilik ve merhamet özelliklerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Chang J., Fresco J. ve Green B. (2014). The development and validation of the compassion of others' lives scale. *International Journal of Humanities and Social Sciences*, 4(5), 33-42.
- Cho, H., Noh, S., Park, S., Ryu, S., Misan, V. ve Lee, J. S. (2018). The development and validation of the lovingkindness-compassion scale. *Personality and Individual Differences*, 124, 141-144. Doi: 10.1016/j.paid.2017.12.019
- Coşkun, H., Kavaklı, O., Babayigit, M. & Chang, J. (2017). The psychometric evaluation of the Turkish version of the compassion of others' lives scale (The COOL). *International Journal of Caring Sciences*, 10(2), 637-646.
- Curtis, K., Horton, K. & Smith, P. (2012). Student nurse socialisation in compassionate practice: A grounded theory study. *Nurse Education Today*, 32, 790-795. doi:10.1016/j.nedt.2012.04.012
- Çevik, Ö. ve Tanhan, F. (2020). Merhamet korkusu: Tanımı, nedenleri ve önlenmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(3), 342-351. doi: 10.18863/pgy.626941
- Çınarlı, T. (2019). *Acil hemşirelerinde merhamet yorgunluğunu etkileyen faktörler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

- Deniz, M. E., Kesici, Ş. ve Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality*, 36(9), 1151-1160.
- Dias, B. S., Ferreira, C. ve Trindade, I. A. (2018). Influence of fears of compassion on body image shame and disordered eating. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. doi:10.1007/s40519-018-0523-0
- Diñç, S. ve Ekinci, M. (2019). Merhamet yorgunluğu kısa ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirliği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(1), 192-202. doi: 10.18863/pgy.590616
- Erdoğan, S. (2018). *Evli bireylerin evlilik doyumu ve merhamet düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.
- 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*, 4(3), 272-299. doi: 10.1037/1082-989X.4.3.272
- Ferreira, C., Dias, B. & Oliveira, S. (2019). Behind women's body image-focused shame: Exploring the role of fears of compassion and self-criticism. *Eating Behaviors*, 32, 12–17. doi:10.1016/j.eatbeh.2018.11.002
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. Los Angeles: Sage Publication.
- Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal of Clinical Psychology*, 58(11), 1433-1441. DOI: 10.1002/jclp.10090
- Gilbert, P. (2009a). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 15, 199-208.
- Gilbert, P. (2009b). The nature and basis for compassion focused therapy. *Hellenic Journal of Psychology*, 6, 273-291.
- Gilbert, P. (2010). *Compassion focused therapy*, CBT Distinctive Features Series. London: Routledge.
- Gilbert, P. ve Choden. (2014). *Mindful compassion: How the science of compassion can help you understand your emotions, live in the present, and connect deeply with others*. New Harbinger Publications.
- Gilbert, P. & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 13(6), 353–379. doi:10.1002/cpp.507
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F. & Baião, R. (2014a). Fears of negative emotions in relation to fears of happiness, compassion, alexithymia and psychopathology in a depressed population: A preliminary study. *J Depress Anxiety*, 1-7. doi: 10.4172/2167-1044.S2-004
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F. ve Baião, R. (2014b). Fears of compassion in a depressed population implication for psychotherapy. *J Depress Anxiety*, 1-8. doi:10.4172/2167-1044.S2-003
- Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J. & Matos, M. (2012). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(4), 374–390. doi:10.1111/j.2044-8341.2011.02046.x

- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M. & Ravis, A. (2011). Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84, 239-255. DOI:10.1348/147608310X526511
- Goetz, J. L., Keltner, D. & Simon Thomas, E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351-374. DOI: 10.1037/a0018807
- Goldin, P. & Jazaieri, H. (2017). *The compassion cultivation training (cct) program*. In Seppälä, E.M., Simon Thomas, E., Brown, S.L., Worline, M.C., Cameron, D.C., & Doty, J.R. (Eds.). Oxford Handbooks Online. Doi: 10.1093/oxfordhb/9780190464684.013.18.
- Hooper, D., Coughlan, J. & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60.
- Hu, L.-T. & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jazaieri, H., McGonigal, K. M., Lee, I. A., Jinpa, T., Doty, J. R., Gross, J. J. ve Goldin, P. R. (2018). Altering the trajectory of affect and affect regulation: The impact of compassion training. *Mindfulness*, 9(1), 283-293. doi: 10.1007/s12671-017-0773-3.
- Jazaieri, H., McGonigal, K., Jinpa, T., Doty, J. R., Gross, J. J. & Goldin, P. R. (2014). A randomized controlled trial of compassion cultivation training: Effects on mindfulness, affect, and emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 38(1), 23-35. DOI: 10.1007/s11031-013-9368-z
- Leiberg, S., Klimecki, O. & Singer, T. (2011). Short-term compassion training increases prosocial behavior in a newly developed prosocial game. *PLoS ONE*, 6(3), 1-10. doi:10.1371/journal.pone.0017798
- Marcoulides, G. & Schumacher, R. (2001). *New developments and techniques in structural equation modeling*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Matos, M., Duarte, J. & Pinto Gouveia, J. A. (2017). The origins of fears of compassion: Shame and lack of safeness memories, fears of compassion and psychopathology. *The Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied*, 151(8), 804-819. DOI: 10.1080/00223980.2017.1393380
- Mikulincer, M. & Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Nas, E. (2020). Bir metafor araştırması: Yetişkinlerin merhamet kavramına ilişkin algıları. *Euroassia J Sov Sci Humanit*, 7(7), 63-77. <http://dx.doi.org/10.38064/eurssh.139>
- Nas, E. ve Sak, R. (2020). Merhamet ve merhamet odaklı terapi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 64-84. doi: 10.18026/cbayarsos.525744
- Nas, E. & Sak, R. (2021). A new compassion scale for children and its psychometric properties. *Child Psychiatry & Human Development*, 52, 477-487. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01034-0>
- Neff, K. (2003). The development of validation of a scale to measure self compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. DOI: 10.1080/15298860390209035
- Pallant, J. (2016). *SPSS Survival Manual. A step by step guide to data analysis using IBM spss*. Berkshire: Open University Press.
- Plucker, J. A. (2003). Exploratory and confirmatory factor analysis in gifted education: examples with self-concept data, *Journal for the Education of the Gifted*, 27(1), 20-35.

- Pommier, E. A. (2011). *The compassion scale*. Dissertation Abstracts International Section A: *Humanities and Social Sciences*, 72, 1174.
- Sarıçam, H. ve Erdemir, N. (2019). Şefkat-Merhamet Ölçeği'nin ilk psikometrik bulguları. 3. *Uluslararası Eğitim ve Değerler Sempozyumu-ISOEVA E-Kitabı* (s.152-163) içinde. İstanbul, Türkiye. DOI: doi: 10.13140/RG.2.2.18792.01288
- Schumacker, R. E. ve Lomax, R. G. (2010). *A beginner's guide to structural equation modeling*. New Jersey: Taylor & Francis, 1-8.
- Sprecher, S. & Fehr, B. (2005). Compassionate love for close others and humanity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22, 629-652. DOI: 10.1177/0265407505056439
- Stamm, B. H. (2010). The Concise ProQOL Manual. Pocatello, ID: ProQOL.org.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.) Boston: Allyn and Bacon.
- Tahincioğlu, D. (2018). *Psikologların ve psikolojik danışmanların iş doyumu, çalışma yaşam kaliteleri ve merhamet düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- Tezbaşaran, A. A. (1996). *Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Waltz, C. F., Strickland, O. L. & Lenz, E. R. (2010). *Measurement in nursing and health research*. New York: Springer Publishing Company.
- Wang, J. ve Wang, X. (2012). *Structural Equation Modeling: Applications using Mplus: Methods and applications*. West Sussex: John Wiley & Sons.
- Watson, D. C. (2018). Self-compassion, the 'quiet ego' and materialism. *Heliyon*, 4, 1-20. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2018.e00883>
- Whetsel, T. (2017). *Examining fears of compassion as a potential mediator between shame and danger*. (Masters thesis). Washington: Eastern Washington University.
- Williams, C. R. (2008). Compassion, suffering and the self a moral psychology of social justice. *Current Sociology*, 56(1), 5-24. DOI: 10.1177/0011392107084376
- Xavier, A., Cunha, M. & Pinto Gouveia, J. (2015). Deliberate self-harm in adolescence: The impact of childhood experiences, negative affect and fears of compassion. *Revista de Psicopatologia y Psicologia Clinica*, 20(1), 41-49. doi:10.5944/rppc.vol.1.num.1.2015.14407
- Yaşloğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.
- Yeşil, A., Ergün, Ü., Amasyalı, C., Er, F., Olgun, N. N. ve Aker, A. T. (2010). Çalışanlar için yaşam kalitesi ölçeği Türkçe uyarlaması geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47, 111-117. DOI: 10.4274/npa.5210

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Compassion is defined as an emotion that occurs while witnessing someone else's pain and then triggers a desire to help (Goetz et al., 2010). Compassion is one of the important characteristics that affects human life and is seen as an important component of personal, interpersonal and social peace (Goldin, & Jazaieri, 2017). However, some people may have difficulty in acting compassionately towards both themselves and other people. This situation in which people have difficulty in being compassionate is explained as fear of compassion (Gilbert et al., 2011). Fear of compassion can arise in different situations. For example, in some cases, people may think of compassion as a state of weakness. Therefore, a person who is acted compassionately can believe that he is weak and powerless. In some cases, people are afraid of getting compassion from others and so they think that they do not deserve compassion. Also, in some cases, people do not see being compassionate towards others as necessary and they fear from that being compassionate to others may harm them. People with this type of thinking can be critical and accusatory towards themselves and remain insensitive to the pain/suffering of others. It is stated that the fear of compassion experienced in all these situations originates from various meta-cognitive processes (Gilbert, 2010; Gilbert et al., 2011).

Fear of compassion can be related to childhood experiences and various psychological problems. This fear is examined in different sub-dimensions. It seems important for individuals to cope with their fear of compassion and to reduce this fear. In order to reduce the fear of compassion, first of all, the level of fear experienced should be known and measured. This means that a reliable tool is needed to measure the fear of compassion. However, when the Turkish literature is examined, it is determined that there is no valid and reliable measurement tool that can measure the fear of compassion. In this context, it is aimed to develop the Fear of Compassion Scale for adults in this study.

Methods

The data for the validity and reliability analysis of the scale were collected from 556 adults through administering the Fear of Compassion Scale during January-March 2021. The number of participants was 262 female and 294 male, and more than half of participants were between the ages of 18-33 and married. Also, most of the participants have graduated from university. The data collected in this study was divided into two halves and EFA was performed with the first half and CFA with the other half. In other words, 278 scales were used for EFA and other 278 for CFA.

In order to develop the measurement tool, initially, the relevant literature was examined. In the direction of experts' opinions, the final draft of the scale consisted of 41 items. The implementation of the draft version of the scale was approved by Van Yüzüncü Yıl University Social and Human Sciences Scientific Research Publication Ethics Committee. Exploratory Factor Analysis (EFA) was performed for the construct validity of the scale. The validity of the structure obtained from EFA was tested by confirmatory factor analysis (CFA). EFA was performed through the SPSS 22 program, and DFA was made with AMOS package program. For the reliability of the Compassion Satisfaction Scale, the internal consistency and split-half reliability coefficients were calculated through the SPSS 22 package program.

Results

Through examining the Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy (KMO) and Bartlett's Test of Sphericity values, it was determined whether the data obtained by administering the Fear of Compassion Scale were suitable for factor analysis. As a result of the analysis, KMO value was found as 0.94. With Bartlett's Test of Sphericity, it was tested whether the data had multivariate normality or not, and it was found that Bartlett's Test of Sphericity value was significant ($p=0.00$). As a result of EFA, 21 of the 41 items in the scale were removed

and the remaining 20 items were collected under two factors. This two-factor structure explained 60.19% of the total variance. The *Fear of Compassion towards Others* sub-dimension consists of 11 questions and explained 49.99% of the variance. The factor load values of the items in this sub-factor ranged from .599 to .835. The *Fear of Self-Compassion* factor consists of 9 questions and explained 10.19% of the variance. The factor loading values of the items in this factor range between .598 and .953. In other words, while the lowest item load value in the two sub-factors is .598, the highest value is .953.

The validity of this two-factor structure determined with EFA was tested with CFA. When the fit values in the CFA results ($\chi^2/sd= 1.912$; RMSEA=.057, RMR=.032, IFI=.96, CFI=.96, NFI=.92, RFI=.91, GFI=.90, AGFI=.87, SRMR=.045) were examined based on the literature, it was found that the RMSEA, NFI, RFI and AGFI fit values were within the acceptable fit values. Also, the χ^2/sd , RMR, SRMR, IFI, CFI and GFI fit values were between perfect values. It can be said that the whole scale and its sub-dimensions are reliable since the reliability internal consistency coefficient and split-half reliability coefficient of the whole scale, and all its sub-dimensions are between .835 and .945.

Discussion and Conclusion

It was found that Fear of Compassion scale, which consists of 20 items and two sub-dimensions (Fear of Compassion towards Others and Fear of Self-Compassion), was a valid and reliable measurement tool to determine adults' fear of compassion. The Fear of Compassion Scale is a two-dimensional and 5-point Likert-type scale consisting of 20 items, and there are no items coded in reverse in the scale. The scores that can be obtained from the scale are between 20 and 100, and the higher scores indicate that the Fear of Compassion is high.