

# Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması\*

Validity and Reliability Study of Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-k (CERQ-k) to Turkish

Büşra KURTOĞLU KARATAŞ\*\*  
Abide GÜNGÖR AY TAR\*\*\*

## Öz

Bu araştırmanın amacı, Garnefski ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiş olan "Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-k (CERQ-k)", "Bilişsel Duygu Düzenleme Çocuk Formu" nun Türk dili ve kültürüne uyarlanmasıdır. Bu amaçla ilgili ölçme aracının uygunluğu çeşitli istatistik yöntemleri kullanılarak psikometrik olarak incelenmiştir. Çalışma kapsamında basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak Türkiye'nin Ankara ili Polatlı ilçesinde bulunan özel ve devlet okullarında öğrenim görmekte olan 4.,5. ve 6. Sınıfa devam eden 300 öğrenciye ulaşılmıştır. İlgili çalışmada ölçme aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ve Garnefski ve arkadaşları tarafından (2007) geliştirilen ve ilgili çalışma kapsamında Türkçe versiyonu araştırmacı tarafından hazırlanan "Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formu- BDDÖ-Tç" kullanılmıştır. Çalışmanın veri analizleri SPSS 22 ve LISREL 8.7 istatistik paket programları kullanılarak yapılmıştır. Analizler sonucunda; doğrulayıcı faktör analizi (DFA), Cronbach's Alpha değeri, madde korelasyonları ve test-tekrar test sonuçları doğrultusunda ilgili ölçme aracının Türk dili ve kültüründeki varlığı doğrulanmış, ölçeğin Türkçe çocuk formunun 9-11 yaş grubundaki Türk çocukları için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu bilgisine ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Bilişsel duygu düzenleme, ölçek uyarlama, ön ergenlik

\* Bu makale birinci yazarın "9-11 yaş grubu çocukların bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve öz saygı düzeyleri arasındaki ilişki" başlıklı Yüksek lisans tez çalışmasından üretilmiştir.

\*\* Arş. Gör., Hitit Üniversitesi, Çocuk Gelişimi, E-posta: busrakurtoglukaratas@hitit.edu.tr, Orcid ID: 0000-0002-3370-4915.

\*\*\* Prof. Dr., Gazi Üniversitesi, Çocuk Gelişimi, E-posta: fgungor@gazi.edu.tr, Orcid ID: 0000-0002-0327-3317

## Abstract

This study aimed to adapt the Cognitive Emotion Regulation Strategies for Children Scale (CERQ-k) developed by Garnefski et al. (2007) to the Turkish language and culture. Thanks to this purpose, the instrument's validity and reliability were examined psychometrically using various statistical methods. Within the scope of the study, using the simple random sampling method reached 300 students were studying 4.,5., and 6th grade in private and public schools in the Polatlı district of Ankara province of Turkey. As research instruments, Personal Information Form which was developed by the researcher and Cognitive Emotion Regulation Strategies for Turkish Children Scale were used. Data analysis of the study was performed using SPSS 22 and LISREL 8.7 statistical package programs. According to the result of the confirmatory factor analysis, Cronbach's Alpha coefficients, total correlation values, and test-retest coefficient values showed that the scale is valid and reliable for Turk children between the ages of 9-11.

**Keywords:** Cognitive emotion regulation, scale adaptation, pre-adolescence

## Giriş

Duygular insan yaşamının ayrılmaz parçaları olarak görülmektedirler. Evrimsel süreçte duyguların fizyolojik sistemleri organize edip uygun yanıtları oluşturarak yaşantıyı kolaylaştırmak için geliştiği ve dönüştüğü savunulmaktadır (Darwin, 2009; Izard, 2007). Barrett ve Russell (2014) duyguları bilişsel değerlendirmeler, bedensel hisler ve eylemlerle birlikte deneyimlenen karmaşık eylemler olarak nitelendirirken, Ekman (1999) belirli evrensel duygusal temaların ortaya çıkmasına neden olan bir dizi biyolojik ve psikolojik süreç olarak tanımlamaktadır. Bununla birlikte duygular her zaman hayatımızı kolaylaştırma görevini üstlenemeyebilir. Çalışmalar duyguların işlevselliğinin yanı sıra her zaman olumlu etkilerinin olmayabileceğini de vurgulamıştır (Gross & Thompson, 2007). Bu noktadan hareketle duyguların düzenlenmesi gerektiği öngörülmüş ve duygu düzenleme çalışmalarına yönelim görülmüştür.

Duygu düzenleme; fizyolojik açıdan incelendiğinde bir uyarılmayı tersine çevirme, homeostaziye dönme veya fizyolojik etkilerin geri alınması (Charles & Carstensen, 2007) olarak tanımlanırken; psikolojik bağlamda bireyin amaçları doğrultusunda duygularını gözlemlemesi, değerlendirmesi, dönüştürmesini destekleyen içsel ve dışsal süreçler (Thompson, 1994) olarak tanımlanabilmektedir. Daha bütüncül bir yaklaşımla hem fizyolojik hem de psikolojik süreçler çerçevesinde değerlendirildiğinde ise; hedefler doğrultusunda öngörülen duyguyu meydana getiren fizyolojik değişimleri ve psikolojik süreçleri başlatan, dönüştüren ve işlevsel olduğu süre boyunca devam ettiren içsel bir mekanizma olarak tanımlanmaktadır (Eisenberg & Morris, 2002). Temelde duygu düzenleme; deneyim sonrasında ya da sürecinde meydana gelen duygunun, o duyguyla ilgili güdülenmenin, duygunun oluşturduğu fizyolojik belirtilerin ve duyguyu destekleyen davranışın ne zaman, hangi yoğunlukta ve ne şekilde ortaya konulması gerektiğini kontrol eden düzenleyici bir sistem olarak tanımlanmaktadır (Eisenberg, Hofer & Vaughan, 2007). Duygunun bilişsel kuramına göre; bir duygunun varlığı ve tanımlanması bilişsel süreçler sonucunda gerçekleştirilir. Bu noktadan hareketle biliş duyguların düzenlendiği ana yol olarak karşımıza çıkmaktadır (Joormann, Yoon & Siemer, 2010, s. 174). Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001), duygu düzenlemenin farklı katmanlar

içerdiğine değinerek, duygu düzenleme süreçlerinde bilincin etkisinin gözlemlendiği bilişsel boyuta odaklanmışlardır. Bilişsel süreçler hem davranışsal hem de nöral tepkileri değiştirebilmektedir. Bu yönleri ile bilişsel süreçler gerçekleşmiş olan ya da henüz oluşmamış olan duygunun cevabını değerlendirmek ve duruma uygun bir duygusal tepki yaratmak için kullanılabilir (Ochsner & Gross, 2005). Bilişsel süreçler, bireyin duygularını yönlendirmesini ya da düzenlemesini böylelikle de duyguları üzerinde söz sahibi olarak özellikle yıkıcı ya da stres veren yaşantılardan sonra ortaya çıkabilecek yoğun duygularını değerlendirip dönüştürebilmesine yardımcı olabilir (Garnefski vd., 2001). Bilişsel süreçler ve duygu düzenleme arasındaki bu ilişki bilişsel duygu düzenlemenin, duygu düzenleme çalışmalarının bir stratejisi olarak görülmesini ve duygu düzenlemede bilişsel süreçlerin araştırılmasını desteklemiştir.

Bilişsel duygu düzenlemeyi Ochsner ve Gross iki temel düzlemde ele almıştır; duygusal tepkilerin tetiklenmesi ve duygusal tepkilerin düzenlenmesi (Ochsner & Gross, 2005). Ayrıca duygusal tepkilerin düzenlenmesi basamağını ise beş temel strateji ile değerlendirmiştir. Bunlar; dikkati yönlendirme, yeniden değerlendirme, kabul, önleme ve duygusal geribildirim arayışı basamaklarıdır (Ochsner & Gross, 2005). Folkman ve Lazarus ise duygu düzenleme stratejisi olarak stresle başa çıkma tepkilerini ele almıştır ve bu stratejiler(aktif problem çözme, pozitif yeniden değerlendirme vb.) üzerinde durmuştur (Folkman & Lazarus,1991). Bu yaklaşımları kapsayıcı bir bakış açısıyla bilişsel duygu düzenlemeyi Garnefski ve arkadaşları, stres yanıtı oluşturabilecek olaylarda ortaya çıkan ya da sadece doğal süreçlerde meydana çıkan duyguların bilinç düzeyinde ve içsel motivasyonla değerlendirilmesi ve uygun biçimde düzenlenmesi olarak tanımlamıştır (Garnefski vd., 2001). Garnefski ve arkadaşları bir duygu düzenleme modeli olarak bilişsel duygu düzenlemeyi ele almış ve dokuz alt boyutta (kendini suçlama, kabullenme, ruminasyon, olumlu yeniden odaklanma, plan yapmaya yeniden odaklanma, olumlu yeniden gözden geçirme, olayın değerini azaltma, felaketleştirme, başkalarını suçlama) değerlendirmişlerdir (Garnefski vd, 2001).

Boyutlardan ilki olan *kendini suçlama*, kişinin yaşanan olaylar sırasında ya da sonrasında kendisini suçlu ve sorumlu olarak düşünme eğiliminin olmasını temsil ederken ikinci boyut olan *kabul* kapsamında kişi yaşanan olayı olduğu haliyle kabullenerek kendini soyutlamaya yönelik düşünce eğilimi göstermektedir. *Ruminasyon* ise yaşanan olumsuz olayla ilgili çevresel bir düzenlemeye gitmeden, herhangi bir aksiyon almadan zihnin aynı senaryo üstüne tekrar tekrar düşünme eğilimini temsil etmektedir. *Olumlu yeniden odaklanma* stratejisi kapsamında olayları ele alan bireyler ise yaşanan durumdan bağımsız olarak zihinlerini olumlu anılarına çekerek duygu durumlarını kontrol etme çabası sergilerler. *Plan yapmaya yeniden odaklanma* durumunda ise birey yaşanan olayla ilgili çözüm yollarını değerlendirerek kendisi için yeni bir eylem belirler. *Olumlu yeniden gözden geçirme* tutumunda ise yaşanan olayın olumlu yönlerini arayıp bularak etkisini düzenleme çabası görülmektedir. Bir başka strateji olan *olayın değerini azaltma* yaşanan olayı küçümseyerek bıraktığı yoğun hissin de yeniden düzenlenmesini sağlamaktır. Olayın değerini azaltma stratejisini kullanan birey o an yaşadığı olayı önceki daha kötü deneyimleri ya da başkalarının daha kötü deneyimleri ile kıyaslama yoluna giderek içinde bulunduğu durumun etkisini küçültme eğilimi gösterir. Bu strateji bir diğer bilişsel duygu düzenleme stratejisi olan *felaketleştirme* ile tersinir bir tutum izlemektedir. Felaketleştirme stratejisini bilişsel duygu düzenleme tekniği olan tercih eden bireyler ise yaşadıkları

olayın yaşanabilecek en kötü senaryo olduğunu düşünerek, yaşanan olayın tamamen olumsuz taraflarına yönelme eğilimi sergilerler. Son boyut olan *başkalarını suçlama* stratejisini benimseyen bireylerde ise yaşanan olaylarla ilgili olarak sorumluluk almaktan kaçma ve tüm süreci başkalarının hatası olarak değerlendirme ve bu yolla kendisini rahatlama görülmektedir (Garnefski vd, 2001). Bu stratejilerden bazıları olumlu duygu düzenleme teknikleri olarak kabul edilirken bazıları olumsuz duygu düzenleme teknikleri olarak değerlendirilmektedir. Bu tekniklerin olumlu ya da olumsuz değerlendirilmesinde ise bireyin yaşantısını kolaylaştırması ve olumlu etkilemesi temel alınmaktadır. Ele alınan yaklaşımlar ve bakış açıları ışığında ise bilişsel duygu düzenlemeyi; duygusal sağlığı iyileştirmek, stresle başa çıkmak ve duygusal refahı güçlendirmek için kullanılan beceriler bütünü olarak tanımlamak mümkündür.

Öte yandan duygu düzenlemenin bilişsel bir süreç olarak ele alınması bilişsel gelişimle olan bağlantısını da ortaya koymaktadır. Bilişsel süreçlerin gelişimle beraber değişip dönüştüğü bilinmektedir. Bu bağlamda bilişsel duygu düzenleme tekniklerinin bilişsel ve duygusal gelişimle beraber farklılaşması da söz konusudur (Santrock, 2014, s. 156). Bilişsel duygu düzenleme becerilerinin yaşla beraber artış göstermesinde nörolojik süreçlerin de etkisi vardır. Yaşla beraber prefrontal beyin bölgesi olgunlaşır ve gelişir böylece zihinsel süreçlerdeki esneklik desteklenir (Thompson, Lewis & Calkins, 2008). Alan yazın incelendiğinde bilişsel duygu düzenlemenin çalışıldığı yaş gruplarının çeşitlilik göstermekle birlikte yoğun olarak erken çocukluk, ergenlik ve yetişkinliği ele aldığı görülürken, ön ergenlik döneminin daha az dikkate alındığı tespit edilmiştir. Oysa ön ergenlik dönemi gelişimsel bağlamda duygular ve düzenlenmeleri konusunda hızlı bir değişimin meydana geldiği, bilişsel süreçlerde gelişme görülen, soyut düşünce becerilerinin kendini göstermeye başladığı ve buna bağlı olarak da duygusal süreçlerde bilişin aktivasyonunun arttığı, yeni duygusal düzenleme becerilerinin kodlandığı bir evredir. (Berk, 2013, s. 490; Saarni, 2000, s. 70-78). Bu bağlamda ilgili dönemde duygu düzenleme çalışmalarının yürütülebilmesi ve ön ergenlik dönemindeki bireylerin bilişsel duygu düzenleme becerilerinin desteklenebilmesi için ele alınan ölçeğin Türk kültüründeki karşılığının tespit edilerek organize edilmesi ve geçerlik güvenilirlik çalışmalarının yapılarak alana kazandırılmasının önemli ve gerekli olduğu düşünüülerek ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışmasının yapılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

1. Ölçeğin yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi kapsamında sağlanıyor mu?
2. Ölçeğin boyutları arası korelasyon değerleri istatistiksel olarak anlamlı mı?
3. Ölçeğin güvenilirliği bağlamında iç tutarlılık katsayıları madde toplam korelasyon ve Cronbach  $\alpha$  değerleri istatistiksel olarak anlamlı mı?
4. Ölçeğin güvenilirliği bağlamında ikincil bir kontrol yöntemi olarak test tekrar test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı mı?

## Yöntem

Bu bölümde çalışmanın modeline, katılımcılarına ilişkin bilgilere, veri toplama araçlarına ve çalışma sürecine yer verilmiştir.

### *Çalışmanın modeli*

İlgili araştırmada tarama modelinde betimsel araştırma yönteminden faydalanılmıştır. Tarama modeli, üzerinde araştırma yapılan gruptan verilerin olduğu gibi alındığı herhangi bir müdahalenin bulunmadığı bu sebeple neden- sonuç ilişkisinin aranmadığı ve görece daha büyük örneklemelere ulaşılabilen çalışmalardır (Deniz& Çelebi,2022, s.95). Betimsel araştırma ise; var olan bir durumun ya da olayın mümkün olan en net ve dikkatli şekliyle tanımlandığı, değişkeni belli standartlarla karşılaştırmak veya iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi özetlemek için yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2015, s. 22; Deniz & Çelebi, 2022, s. 97).

### *Katılımcılar*

Çalışma grubunda seçkisiz örnekleme yöntemi tercih edilmiş ve Türkiye'nin Ankara ili Polatlı ilçesinde bulunan özel ve devlet okullarında eğitimine devam eden 4.,5. ve 6. Sınıfa devam eden 300 öğrenciyeye ulaşılmıştır. Katılımcı sayısı belirlenirken literatürde kabul gören "ölçek madde sayısı x 5" formülünden faydalanılmıştır. Katılımcıların %47,7'si (n:143) kız ve %52,3'ü (n:157) erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Katılımcıların %34,7'si 9 (n:104), %44,3'ü 10 (n:133) ve %21'i 11(n:63) yaşındadır ve çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 9,86 olarak hesaplanmıştır (Sx:0,73). Katılımcıların %52'si (n:156) devlet, %48'i (n:144) özel okula devam etmektedir. Katılımcıların demografik özelliklerine Tablo 1'de yer verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler	n (%)	$\bar{x}$ (Sx)
<i>Cinsiyet</i>		
Kız	143 (47,7)	
Erkek	157 (52,3)	
<i>Okul Türü</i>		
Devlet	156 (52,0)	
Özel	144 (48,0)	
<i>Yaş Grubu</i>		
9 yaş	104 (34,7)	
10 yaş	133 (44,3)	9,86 (0,73)
11 yaş	63 (21,0)	

### *Ölçme araçları*

#### *Kişisel Bilgi Formu*

Çalışma kapsamında katılımcıların demografik bilgilerini tespit etmek amacıyla çalışmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Formda; katılımcının yaşı, katılımcıların cinsiyeti, devam ettikleri sınıf, devam ettikleri okul türünü tanımlamaya yönelik sorular bulunmaktadır.

#### *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire – k (CERQ-k) (Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formu)*

Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt ve Kraaij, (2007) tarafından 9-11 yaş grubu çocukların bilişsel duygu düzenleme stratejilerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olan "Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği

Çocuk formu (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-k)", ölçüm aracı Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) tarafından geliştirilmiş olan "Cognitive Emotion Regulation Questionnaire" ölçeğine bağlı kalınarak ön ergenlik dönemindeki çocukların bilişsel gelişimlerine uygun olacak şekilde organize edilmesiyle oluşturulmuştur. Ölçekte beşli derecelmeli Likert değerlendirilmesinden faydalanılmış olup ölçek toplam dokuz alt boyut ve 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin her bir alt boyutu 4 maddeden oluşmakta, her bir alt boyuttan en az 4 en fazla 20 puan alınabilmektedir. Alınan puanın yüksekliği ilgili boyutun ne kadar tercih edildiğini belirtmektedir. Ölçekte bulunan 9 alt boyut sırasıyla, (1) "Kendini suçlama"; (2) "Kabul"; (3) "Ruminasyon"; (4) "Olumlu Yeniden Odaklanma"; (5) "Plan Yapma"; (6) "Pozitif Yeniden Değerlendirme"; (7) "Olayın Değerini Azaltma"; (8) "Felaketleştirme"; ve (9) "Diğerlerini Suçlama"dır. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach alfa değerleri .62 ile .79 arasında değişmektedir. Ölçeğin maddelerinin faktör yük dağılımları ise; 0,17 ve 0,81 arasında değişmektedir. Ölçek katılımcıların belirli olaylar sonrasında ya da genel olarak tercih ettikleri duygu düzenleme stratejilerini tespit etmek için geliştirilmiştir. Ölçme aracının normal ya da klinik vakalarda kullanıma uygun olduğu belirtilmiştir.

### *İşlem*

Ölçeğin uyarlama çalışması için gereken izin ölçeğin sorumlu yazarı olan Dr. Nadia Garnefski ile e-mail aracılığıyla iletişime geçilerek alınmış ve ölçeğin uygulama yönergesi ve ölçme aracı yine e-mail yoluyla temin edilmiştir. Ardından ölçeğin uyarla süreci için kullanılacak tekrar çeviri yöntemi için ilk olarak İngilizce ve Türkçe'yi çok iyi bilen 5 kişiye ulaşılmış bu kişilerden ölçeği Türkçe'ye çevirmeleri talep edilmiştir. Uzmanlardan alınan çeviriler bir araya getirilerek orijinal maddeleri en iyi ifade ettiği düşünülen ve ortak paydada buluşulan maddeler seçilmiştir. Seçilen maddeler ikinci basamakta İngilizce ve Türkçe'yi çok iyi bilen 3 kişiye daha gönderilerek bu kez tekrar İngilizce'ye çevrilmesi talep edilmiştir. Daha sonra çevirilerin uyumu incelenmiş ve ölçek Türkçe formu dil bağlamında hazırlanmıştır. İlgili çeviri işlemleri sonrası ölçeğin yaşa göre gelişimsel uygunluğu konusunda 5 alan uzmanına ölçek iletilerek bu kez yaşa uygunluk için uzman görüşü alınmıştır. Son şekli verilen formun katılımcılar tarafından anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla gönüllü 20 öğrenciyle ilk uygulaması yapılarak ölçeğin uygulamaya hazır haline ulaşılmıştır. Son şekli verilen ölçeğin seçilen örnekleme uygulanabilmesi için Milli Eğitim Bakanlığı'ndan gerekli izinler alınmış ve veri toplama süreci başlatılmıştır. Uygulama yapılacak okullarda eğitim-öğretimi aksatmamak adına alınan randevular sonrasında veriler araştırmacı tarafından sınıflarda grup katılımı ile toplanmıştır ve 300 kişiye ulaşılmıştır. Veri toplanan 300 katılımcı içinden rastgele seçilen 40'ar kişiyle oluşturulan 120 kişilik gruba ise dört hafta aradan sonra test-tekrar test çalışması için yeniden uygulama yapılmıştır.

### *Verilerin analizi*

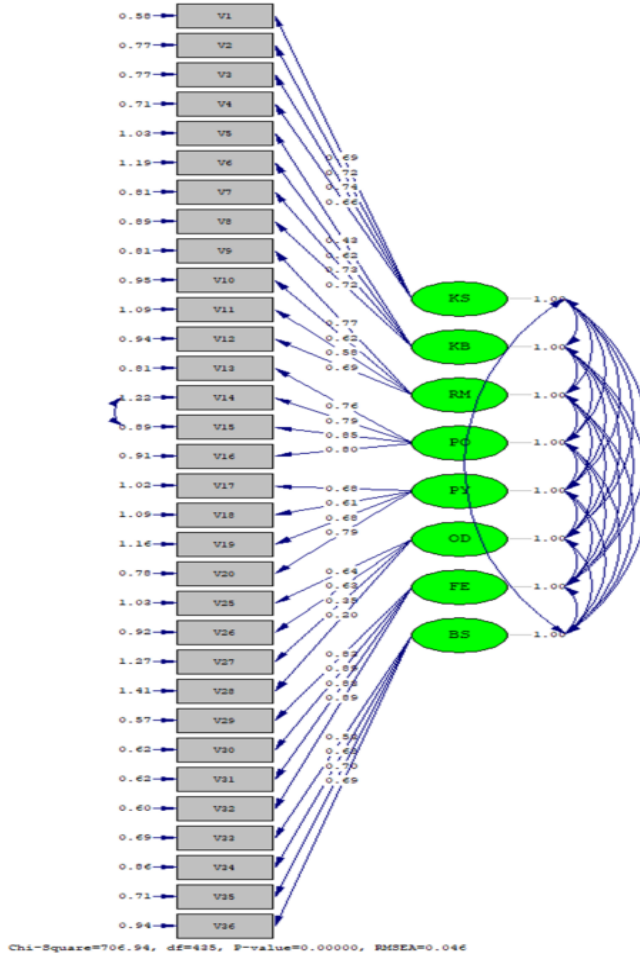
Verilerin analizinde SPSS 22 ve LISREL 8.7 paket programlarından faydalanılmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışması kapsamında orijinal yapısının Türk Kültüründeki varlığı Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ile belirlenmiş daha sonra ikinci geçerlik kanıtı olarak alt boyutlar arası korelasyon Spearman RHO ile hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği için Cronbach alfa katsayısı kullanılmış ve madde-toplam korelasyonları değerlendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında ikincil bir değerlendirme ölçütü olarak ise test tekrar test tekniğinden faydalanılmıştır. Bu bağlamda gruptan rastgele seçilen 120 öğrenciden test-tekrar test yöntemi ile veri toplanmış ve Spearman RHO ile güvenilirlik hesaplanmıştır.

## Bulgular

Bu bölümde Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun geçerlik ve güvenilirlik bulgularına yer verilmiştir.

### Ölçeğin Geçerliğine Yönelik Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliği Lisrel programı yardımıyla ve Doğrulayıcı Faktör Analizleri (DFA) ile sağlanmıştır. Analiz sonucunda “Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk formunun” 8 (sekiz) boyutlu bir yapıyla doğrulandığı tespit edilmiştir. Orijinal ölçekte bulunan “Pozitif Yeniden Değerlendirme” alt boyutu ve ilgili maddeleri istatistiksel analizler sonucunda ölçeğin Türkçe formundan istatistiksel olarak çıkarılması uygun bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin path diyagramı Şekil 1’ de, Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin değerler Tablo 2’de verilmiştir.



Şekil 1. Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formu Path Diyagramı

**Tablo 2.** Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun Doğrulatoryı Faktör Analizi Değerleri

	$\chi^2$	Std. Sapma	$\chi^2/sd$	RMSEA	NNFI	CFI	IFI
BDDÖ-Tç	706,94	435	1,62	0,046	0,92	0,93	0,93

Şekil 1 ve Tablo 2 incelendiğinde Doğrulatoryı Faktör Analizi sonucunda ortaya çıkan 8 boyutlu yapının uyum iyiliği değerleri  $\chi^2$ :706,94, sd: 435,  $\chi^2/sd$ : 1,62, IFI:0,93, CFI: 0,93, NNFI: 0,92, RMSEA:0,046 şeklindedir. Kikarenin serbestlik derecesine oranı ikinin altında olması ve RMSEA değerinin 0,05'ten küçük olması modelin mükemmel uyumunu, diğer değerlerin 0,90'ın üzerinde olması da modelin yeterli düzeyde uyumlu olduğunu göstermektedir (Schermelleh- Engel & Moosbrugger, 2003). Bu değerler incelendiğinde 8 boyutlu yapının doğrulandığı görülmektedir.

Bununla birlikte Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk formunun alt boyutları arasındaki korelasyon değerleri de güvenilirlik analizleri için incelenmiştir. İlgili incelemenin bulguları Tablo 3'de verilmiştir.

**Tablo 3.** Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun Alt Boyutlar Arası Korelasyon Değerleri

Boyutlar	1	2	3	4	5	6	7
<b>Kendini suçlama</b>	-						
<b>Kabul</b>	0,307**	-					
<b>Ruminasyon</b>	0,177**	0,133*	-				
<b>Pozitif yeniden odaklanma</b>	-0,257**	-0,120*	-0,091	-			
<b>Plan yapmaya yeniden odaklanma</b>	-0,141*	-0,144*	-0,080	0,419**	-		
<b>Olayın değerini azaltma</b>	0,257**	0,168**	0,305**	-0,112	0,052	-	
<b>Felaketleştirme</b>	0,331**	0,222**	0,304**	-0,330**	-0,215**	0,284**	-
<b>Diğerlerini suçlama</b>	0,077	0,109	0,090	-0,241**	-0,218**	0,154**	0,180**

Tablo 3 incelendiğinde; Kendini suçlama alt boyutunun Kabul (0,307\*\*), Ruminasyon(0,177\*\*), Olayın Değerini Azaltma(0,257\*\*) ve Felaketleştirme(0,331\*\*) alt boyutları ile düşük düzeyde anlamlı pozitif bir ilişki ortaya koyduğu; Pozitif Yeniden Değerlendirme(-0,257\*\*) ve Plan Yapma(-0,141\*) ile negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki ortaya koyduğu görülmektedir. Kabul alt boyutunun ise; Ruminasyon(0,133\*), Olayın Değerini Azaltma(0,168\*\*) ve Felaketleştirme(0,222\*\*) ile pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki kurduğu ve Pozitif Yeniden Değerlendirme(-0,120\*) ve Plan Yapma(-0,144\*) ile negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki ortaya koyduğu görülmektedir. Diğer bir alt boyut olan Ruminasyon ise Olayın Değerini Azaltma (0,305\*\*) ve Felaketleştirme (0,304\*\*) alt boyutları ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ortaya koymuştur. Pozitif Yeniden Odaklanma alt boyutunun Plan Yapma (0,419\*\*) alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki ortaya koyduğunu analiz sonuçlarında görülmektedir. Pozitif Yeniden Odaklanma alt boyutu Felaketleştirme (-0,330\*\*) ve Diğerlerini Suçlama (-0,241\*\*) alt boyutları ile negatif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermektedir. Pozitif Yeniden Değerlendirme alt boyutunda olduğu gibi Plan Yapma alt boyutunda da Felaketleştirme (-0,215\*\*) ve Diğerlerini Suçlama (-0,218\*\*) boyutları arasında da istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde düşük düzeyde bir



ilişki bulunmuştur. Olayın Değerini Azaltma alt boyutu Felaketleştirme (0,284\*\*) ve Diğerlerini Suçlama (0,154\*\*) alt boyutları ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ortaya koyarken, Felaketleştirme alt boyutu da Diğerlerini Suçlama (0,180\*\*) alt boyutu ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki göstermiştir. Alt boyutlar arasındaki ilişkilere bütün olarak bakıldığında da ölçeğin sekiz boyutlu yapısının geçerli bulunduğu görülmektedir. Alt boyutlar arası korelasyon değerleri bütüncül olarak ele alındığında ölçeğin sekiz boyutlu yapısının geçerli olduğu belirlenmiştir.

### *Ölçeğin Güvenirliğine Yönelik Bulgular*

Ölçeğin güvenirliğine yönelik olarak iç tutarlılık katsayıları incelenmiş ölçeğin 8 (sekiz) boyutlu hali için madde toplam korelasyonu ve Cronbach  $\alpha$  değerleri tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4.** Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun Madde Toplam Korelasyon ve Cronbach  $\alpha$  Değerleri

Alt Boyut	Madde Numarası	Madde Toplam Korelasyonu	Cronbach $\alpha$
Kendini Suçlama	M:1	0,54	0,75
	M:10	0,54	
	M:19	0,56	
	M:28	0,53	
Kabul	M:2	0,30	0,62
	M:11	0,39	
	M:20	0,46	
	M:29	0,42	
Ruminasyon	M:3	0,49	0,66
	M:12	0,44	
	M:21	0,39	
	M:30	0,43	
Pozitif Yeniden Odaklanma	M:4	0,50	0,76
	M:13	0,57	
	M:22	0,66	
	M:31	0,49	
Plan Yapma	M:5	0,44	0,66
	M:14	0,40	
	M:23	0,45	
	M:32	0,47	
Olayın Değerini Azaltma	M:7	0,22	0,43
	M:16	0,36	
	M:25	0,23	
	M:34	0,15	
Felaketleştirme	M:8	0,66	0,84
	M:17	0,66	
	M:26	0,66	
	M:35	0,70	
Diğerlerini Suçlama	M:9	0,44	0,71
	M:18	0,51	
	M:27	0,55	
	M:36	0,48	

Tablo 4 incelendiğinde olayın değerini azaltma boyutu haricinde tüm boyutların Cronbach  $\alpha$  değerlerinin 0,62 ve 0,84 arasında değişkenlik gösterdiği madde toplam korelasyonunda en düşük değeri M:34 (0,152) alırken yüksek değeri M:35 (0,704) ‘ün aldığı görülmektedir. Bu değerler doğrultusunda ölçme aracının istatistiksel olarak güvenilir olduğu belirlenmiştir.

Yine ölçeğin güvenilirliğine yönelik olarak test – tekrar test çalışması yapılmıştır. Test- tekrar test ölçümleri için her gruptan (9,10,11 yaş) 40 öğrenciye ilk uygulamadan 4 hafta sonra Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk formu yeniden uygulanmıştır. Uygulamaya ilişkin analiz sonuçlarına Tablo 5’de yer verilmiştir.

**Tablo 5.** Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun Test-Tekrar Test Güvenilirliği

Boyut	Test Tekrar Test Korelasyonları
Kendini Suçlama	0,98
Kabul	0,97
Ruminasyon	0,98
Pozitif Yeniden Odaklanma	0,98
Plan Yapma	0,99
Olayın Değerini Azaltma	0,99
Felaketleştirme	0,98
Diğerlerini Suçlama	0,97

Tablo 5 incelendiğinde dört hafta arayla yapılan test-tekrar test bulguları; ölçeğin bu anlamda güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Test-tekrar test korelasyonları tüm alt boyutlar için 0,97 ile 0,99 arasında ve oldukça yüksek düzeyde anlamlılık ortaya koymuştur. En düşük ilişki 0,97 ile “Diğerlerini Suçlama” boyutunda görülürken en yüksek ilişki 0,99 ile “Olayın Değerini Azaltma” boyutunda görülmüştür.

## Tartışma

İlgili çalışmada farklı bir kültürde Garnefski ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiş olan, çeşitli kültürlerde kullanılmış Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Çocuk Formunun (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-k “CERQ-k”) Türk dili ve kültürüne uygunluğunun geçerlik ve güvenilirliğini tespit etmek amaçlanmıştır. Bu bağlamda ilgili ölçme aracı 9-11 yaş aralığında Ankara’da yaşayan 300 öğrenci ile test edilmiştir. Çalışmada ölçeğin psikometrik özellikleri SPSS ve LISREL programları kullanılarak değerlendirilmiş. Değerlendirmeler sonrasında ölçeğin orijinal formunda bulunan alt boyutlardan “Pozitif Yeniden Değerlendirme” boyutunun ilgili örnekleme geçerliği tespit edilememiş ve ölçme aracından kültürel farklılıklar sebebiyle çıkarılmasına karar verilmiştir. Böylece ölçeğin 9 alt boyut ve 36 maddelik yapısı 8 alt boyutlu 32 maddelik bir yapıya dönüştürülmüştür. Benzer şekilde ölçek uyarlama çalışmalarında madde çıkarma ya da boyut değişikliği alan yazında da sıkça görülmektedir (Demir, Eralp- Demir, Türksoy, Özmen & Uysal, 2000; Eser, Saatli, Eser, Baydur ve Fidaner, 2010; Nikolic vd., 2022; Önler & Varol Saraçoğlu, 2010; Yalçındağ & Özkan, 2015). Yine ölçümler sonrasında madde toplam korelasyon değerlerinin .30 ve

faktör yüklerinin de .45 ve üstünde olması maddelerin seçiciliği konusunda kabul edilebilir ölçütler olarak değerlendirilmiştir (Büyüköztürk,2007). Benzer madde toplam korelasyon değerleri ve faktör yüklenme değerleri ölçeğin orijinal formunda ve diğer kültürlere uyarlamasında da görülmektedir (Garnefski vd.,2007; Liu vd.,2016; Orgilés vd.,2018). Yapılan analizler sonrasında ilgili ölçme aracının tüm alt boyutları için Cronbach  $\alpha$  değerlerinin 0.62 ve 0.84 arasında değişkenlik gösterdiği ve bu değerlerin ölçeğin orijinal formunun Cronbach  $\alpha$  değerleri 0.62-0.79 ile benzerlik gösterdiği görülmüştür. Yine benzer şekilde ölçeğin farklı kültürlerdeki karşılıklarında da benzer bulgulara erişildiği bilinmektedir. Orgilés ve arkadaşlarının (2018) yürüttüğü İspanyolca uyarlama çalışmasının Cronbach  $\alpha$  değerleri 0.56-0.75 değişkenlik gösterirken Liu ve arkadaşlarının (2016) yürüttüğü Çince uyarlamada Cronbach  $\alpha$  değerleri 0.66-0.73 aralığında değişkenlik göstermiştir. İlgili ölçme aracının güvenirliliği konusunda yapılan test-tekrar test uygulamasının analizleri ise Türkçe formun tüm alt boyutları için .993 ve .997 aralığında değer verdiğini ve bu değerlerin oldukça yüksek düzeyde güvenirlilik ortaya koyduğunu göstermektedir. Türkçe formda elde edilen bu test-tekrar test değerleri ölçeğin hem orijinal formundan hem de diğer dil ve kültürlere uyarlamasından yüksek olduğu tespit edilmiştir (Garnefski vd.,2007; Liu vd.,2016; Orgilés vd.,2018). Ölçeğin İspanyolca formunda sekiz haftalık aradan sonra toplanan test tekrar test değerleri tüm alt boyutlar için .54 ila .70 arasında değişiklik gösterirken (Orgilés vd.,2018), Çince uyarlama çalışmasında dört haftalık aradan sonra toplanan verilerde geçerliliğin tüm alt boyutlar için .53 ve .70 aralığında değiştiği (Liu vd.,2016) ve orijinal formun çocuklar için olan uyarlamasında test tekrar test güvenirliliğine değinilmediği fakat yetişkin formunda beş ay arayla toplanan verilerde tüm alt boyutlar için güvenirliliğin .41 ve .59 arasında değiştiği tespit edilmiştir (Garnefski vd.,2007).

## Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak yapılan analizler sonrasında Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formunun 8 alt boyut ve 34 madde ile 9-11 yaş grubu aralığındaki Türk çocukları için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte gelecek araştırmalarda ölçeğin Türkiye'nin farklı bölgelerinde benzer yaş grubu çocuklarla yeniden ölçümlenmesi ve daha genel bir geçerlik ve güvenirlilik çalışması yürütülmesi ve ölçüt tabanlı geçerlik testlerinin yürütülmesi önerilmektedir. Ayrıca orijinal ölçeğin klinik uygulamalara da imkân sağladığı vurgulanmıştır (Garnefski vd.,2007). Geçerlik ve güvenirlilik çalışmalarına katılımcı olarak çeşitli klinik olguların da dahil edilmesi ve ilgili yaş grubunda klinik vakalar üzerinde de geçerlik ve güvenirlilik taranması araştırmacılara önerilebilir.

## Kaynakça

- Barrett, L. F., & Russell, J. A. (Eds.). (2014). *The psychological construction of emotion*. Guilford Publications.
- Berk, L. (2013). *Child development*. 9th ed. Boston: Pearson.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Handbook for social science data analysis*. Ankara: Pegem.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.

- Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2007). Emotion regulation and aging. Gross, J. J.(Ed.) *Handbook of emotion regulation* içinde (s.307-327). New York: Guilford.
- Darwin, C. (2009). *The expression of the emotions in man and animals*. F. Darwin (Ed.) Oxford: Oxford University.
- Demir, T., Eralp-Demir, D., Türksoy, N., Özmen, E., & Uysal, Ö. (2000). Çocuklar için sosyal anksiyete ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliği. *Düşünen Adam*, 13(1), 42-48.
- Deniz, K. Z. & Çelebi, S. (2022). *Herkes İçin Bilimsel Araştırmakolay*. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Eisenberg, N., & Morris, A. S. (2002). Children's emotion-related regulation. R. Kail (Ed.), *Advances in child development and behavior* içinde, (s. 190–229). Amsterdam: Academic.
- Eisenberg, N., Hofer, C., & Vaughan, J. (2007). Effortful control and its socioemotional consequences. *Handbook of emotion regulation* içinde (287-307). New York: Guilford.
- Ekman, P. (1999). *Basic emotions*. *Handbook of cognition and emotion*, 98(45-60), 16.
- Eser, S., Saatli, G., Eser, E., Baydur, H., & Fidaner, C. (2010). Yaşlılar için dünya sağlık örgütü yaşam kalitesi modülü WHOQOL-OLD: Türkiye alan çalışması Türkçe sürüm geçerlilik ve güvenilirlik sonuçları. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(1), 1-1.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1991). Coping and emotion. In *Stress and coping: An anthology* (ss. 207-227). Columbia University Press.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*, 30(8), 311–327.
- Garnefski N, Rieffe C, Jellesma F, Terwogt MM & Kraaij V. (2007). Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9-11-year-old children: The development of an instrument. *Euro Child Adolescence Psychiatry* 16(1), 1–9.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. Gross, J. J.(Ed.) *Handbook of emotion regulation* içinde (s.3-249). New York: Guilford.
- Izard, C. E. (2007). Basic emotions, natural kinds, emotion schemas, and a new paradigm. *Perspectives on psychological science*, 2(3), 260-280.
- Joomann, J., Yoon, K. L., & Siemer, M. (2010). Cognition and emotion regulation. A. M. Kring & D. M. Sloan (Ed.) *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* içinde (s.174-203). New York: Guilford.
- Liu, W., Chen, L., & Blue, P. R. (2016). Chinese adaptation and psychometric properties of the child version of the cognitive emotion regulation questionnaire. *PLoS one*, 11(2), e0150206.
- Nikolic, A., Bukurov, B., Kocic, I., Soldatovic, I., Mihajlovic, S., Nestic, D., ... & Grujicic, S. S. (2022). The validity and reliability of the Serbian version of the smartphone addiction scale—short version. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1245.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in cognitive sciences*, 9(5), 242-249.
- Orgilés, M., Morales, A., Fernández-Martínez, I., Ortigosa-Quiles, J. M., & Espada, J. P. (2018). Spanish adaptation and psychometric properties of the child version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *PLoS one*, 13(8), e0201656.
- Önler, E., & Varol Saraçoğlu, G. (2010). Hemşirelikte meslek seçimi ölçeğinin güvenilirlik ve geçerliliği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 3(2), 78-85
- Saarni, C. (2000). Emotional competence: A developmental perspective. R. Bar-On & J.D.A. Parker(Ed.) *Handbook of Emotional Intelligence* içinde (68-92). San Francisco: Jossey Bass.
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence*. 15th ed. New York: McGraw-Hill.

- Schermelleh-Engel, K. & Moosbrugger, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness of fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8 (2): 23-74.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 25-52.
- Thompson, R. A., Lewis, M., & Calkins, S. D. (2008). Reassessing emotion regulation. *Child Development Perspectives*, 2(3), 124-131.
- Yalçındağ, B., & Özkan, T. (2015). Düzenleme odağı ölçeği (DOÖ), sebat ve risk alma ölçeklerinin Türkçe 'ye uyarlanması ve DOÖ'nün psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 18(36), 49.