



SIKIŞMIŞ HİSSETME ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE FORMUNUN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

THE VALIDITY AND RELIABILITY OF TURKISH VERSION OF THE ENTRAPMENT SCALE

^aRecep UYSAL, ^bAhmet AKIN& ^cNihan ARSLAN

^aYrd. Doç. Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi, ruysal@yildiz.edu.tr

^bDoç. Dr. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, aakin@sakarya.edu.tr

^cDr. Hendek Anadolu Lisesi, nihancpdr@hotmail.com

Özet

Bu araştırmanın amacı Sıkışmış Hissetme Ölçeği'nin (Gilbert & Allan, 1998) Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir. Araştırmanın örneklemini 386 üniversite öğrencisinden oluşmuştur. Doğrulayıcı faktör analizinde 16 maddeden ve iki boyuttan (dışsal faktörler, içsel faktörler) oluşan modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2= 175.34$, $sd= 100$, $RMSEA= .046$, $NFI= .98$, $IFI= .99$, $CFI= .99$, $RFI= .97$, $GFI= .94$, $SRMR= .035$). Ölçeğin faktör yükleri .41 ile .81, madde toplam korelasyon katsayıları ise .37 ile .75 arasında sıralanmaktadır. Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları dışsal faktörlerden kaynaklanan sıkışmışlık hissi alt boyutu için .84 içsel faktörlerden kaynaklanan sıkışmışlık hissi alt boyutu için .87 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak, ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sıkışmış hissetme, geçerlik, güvenilirlik, doğrulayıcı faktör analizi

Abstract

The aim of the present study was to examine the validity and reliability of the Turkish form of Entrapment Scale (Gilbert & Allan, 1998). The sample of study consists of 386 university students. Results of confirmatory factor analysis demonstrated that the sixteen items loaded on two factors and the two-dimensional model was well fit ($\chi^2= 175.34$, $df= 100$, $RMSEA= .046$, $NFI= .98$, $IFI= .99$, $CFI= .99$, $RFI= .97$, $GFI= .94$, $SRMR= .035$). Factor loadings ranged from .41 to .81 and the corrected item-total correlations of ES ranged from .37 to .75. Internal consistency reliability coefficients were .84 for

external entrapment and .87 for internal entrapment subscales. These results demonstrate that this scale is a valid and reliable instrument.

Keywords: Entrapment, validity, reliability, confirmatory factor analysis

Giriş

Bireylerin ruhsal sağlığı ile ilgili yapılan değerlendirmeler en sık görülen ve görülme sıklığı hızla artan psikolojik rahatsızlığın depresyon olduğunu belirtmektedir (Yüksel, 1984; Murray ve Lopez,1996). Depresyon, insanın yaşama istek ve zevkinin kaybolması, kişinin kendisini derin bir keder içerisinde hissetmesi, geleceğe ilişkin kötümser, karamsar düşüncelere sahip olması, geçmişe ilişkin yoğun, pişmanlık, suçluluk hissetmesi gibi birçok psikolojik ve fizyolojik semptomların ve sosyal problemlerin yaşandığı bir hastalıktır. (Pişirgen, 2011; Beckham, Leber, ve Youll, 1995).

Depresyon farklı nedenlere bağlı olarak ortaya çıkabilir. Beck'e göre depresyondaki kişiler çocukluk ya da ergenlik dönemlerinde anne baba kaybı, birbirini izleyen trajik olaylar, akran grupları tarafından reddedilme, okul ortamlarında yapılan olumsuz eleştiriler gibi bireyi olumsuz etkileyen çeşitli faktörlere bağlı olarak sonucunda olumsuz şemalar geliştirirler. Birey benzer bir olayla tekrar karşılaştığında bu şemalar devreye girebilir (Savaşır, 2004). Bireyin medeni durumu, çevresinden sosyal destek alıp alamaması ve kendini yalnız hissetmesi gibi etkenlerde depresyona yaşanmasına neden olabilmektedir (Arslantaş ve Ergin, 2011).

Özellikle bireylerin içinde buldukları ve kendilerini sıkışmış hissettikleri bir durumdan kurtulmak için harekete geçmeleri ama engellendikleri çalışmalarla tartışılan öğrenilmiş çaresizlik kavramı da depresyon tanımlamalarında önemlidir (Gilbert, 1992). Seligman'ın (1974) depresyonu açıklamakta kullandığı öğrenilmiş çaresizlik modeli, bireyin davranışını pekiştiren olayın doğrudan araştırılmasına dayanır. Öğrenilmiş çaresizlik bir sorunu çözmek veya bir durumun iyileştirilmesi için bireyin girişimlerde bulunması ancak bu bir dizi girişimin başarısızlıkla sonuçlanması sonucu oluşan bir süreçtir. Zaman içinde birey başarılı olamayacağına ikna olur ve mücadele etmekten vazgeçer, ümidini kaybeder. Yaşanılan ümitsizlik duygularını yaşamındaki diğer durumlara da geneller.

Depresyonun düşük seviye ve alt statü algısıyla (aşağılık duygusu, düşük öz güven, başkaları tarafından tepeden bakıldığını hissetme, boyun eğici davranışlar sergileme) yüksek

oranda ilişkili olduğu ile ilgili araştırma sonuçları vardır. Ancak aşşağılık duygusu olan, boyun eğici davranışlar sergileyen, kaygılı olan her bireyin depresif olması gerekmez. Son dönemde yenilmiş ve sıkışmış hissetme depresyon ve yaşamdan zevk almamayla ilişkili iki önemli kavram olarak dikkat çekmektedir (Gilbert Allan, Brough, Melley, ve Miles, 2002).

Sıkışmış hissetme içinde bulunulan ve istenmeyen bir durumdan, yaşamda karşılaşılan çeşitli zorluklardan kurtulmak için güçlü bir isteğe sahip olma bununla birlikte kaçılabilir tüm yolların kapalı olduğunu algılama olarak tanımlanmaktadır (Gilbert ve Allan, 1998). Yaşanan durumla ilgili kaçma, mücadele etmeye çalışma içsel bazı savunma mekanizmalarını harekete geçiren bir durum olarak değerlendirilmektedir (Dixon 1998; Gilbert, 1992, 2000). Ortaya çıkan mücadele etme ya da kaçma isteği olumlu sonuç vermediğinde ise birey kendisini köşeye sıkışmış hissedebilir ve özellikle kronik stres, depresyon gibi bazı psikolojik sorunlara karşı daha kırılgan olur (Gilbert, 2000).

Yenilgi hissiyle birlikte sıkışmışlık da bireyin sosyal statüsünde düşüş ve isteklerinde azalma ile ilişkilidir. Nitel araştırmalar depresyon yaşayan insanların kendilerini ikincil daha alt bir role sıkışmış hissettiklerini göstermektedir. Bu his ayrıca yenilginin bir yönü olarak da görülebilir (Taylor ve diğerleri, 2009). Sosyal derece teorisinin depresyonla ilişkili olarak gördüğü anahtar değişkenlerden biri de hayattaki önemli tüm mücadeleleri kaybetmiş olma hissi ve kendini sosyal olarak sıkışmış hissetme ancak bu sıkışmışlıktan kurtulmak için güçlü bir istek duyma durumudur (Gilbert ve Allan, 1998).

Sıkışmış hissetme ve yenilgi her ne kadar bireyin kendini alt kademede görmesiyle ilgili olsa da özellikle bireyin psikolojik durumuyla da yakından ilgisi vardır Sıkışmış hissetme ve yenilginin depresyon ile ilişkisi bireyin kendini sosyal olarak daha alt seviyede görmesinden daha çarpıcıdır. Bireyin yaşadığı küçük düşürücü yenilgiler ya da sıkışmışlık hissi veren olaylar tek başına kayıp deneyimlerinden çok daha fazla depresyon oluşumunda etkindir (Gilbert ve diğerleri, 2002). Baumeister (1990), ise özellikle intihar girişimlerinin bireylerin kendilerini sıkışmış hissetmeleri ve içinde buldukları durumdan kurtulmak için umutsuz oldukları durumda ortaya çıktığını savunmaktadır.

Hayvanlar üzerinde yapılan araştırmalar yenilmiş ama kaçmayı başarmış hayvanların yenilmiş ama kaçmayı başaramamış, dışarı çıkamayan ve arenada sıkışıp kalmış hayvanların

daha fazla sorun yaşadığını ortaya koymaktadır. Buradan hareketle özellikle öğrenilmiş çaresizlik de sıkışmış hissetme ile değerlendirilebilir. Kaçmak için içeriden gelen güçlü bir istek vardır ama engellenmiştir (Gilbert ve Allan, 1998). Depresyonda aşırı uyarılmış stres, sistem yapısının bir parçasıdır ve bireyi kaçmaya motive edeni kurtulmak için zorlayan ama kaçış yollarının engellendiği sıkışmış hissetme ve yenilgiyle ilgilidir (Gilbert,2001) . Daha önce de değinildiği gibi depresyon yaşayan hastalar genellikle aşağılık hissi yaşar, boyun eğici davranışlar sergiler, keşfedici değillerdir, sıkışmış ve yenilmiş hissederler. Sıkışmışlık hissi bireyin bir çatışma yaşadktan sonra stres sisteminin yenilenmesini engeller (Sloman, Gilbert ve Hasey, 2003). Sıkışmışlık hissi yaşamının özellikle depresyon terapilerine katılan hastaların da çok da bahsettikleri bir durum olduğu vurgulanmaktadır (Gilbert ve Gilbert, 2003).

Sıkışmış Hissetme Ölçeği (SHÖ)

Bireyin kendilerini sıkışmış hissetmelerine yönelik öznel deneyimlerini değerlendirmek amacıyla Gilbert ve Allan (1998) tarafından geliştirilen sıkışmış hissetme ölçeği 16 maddeden ve iki boyuttan oluşan bir ölçme aracıdır. Birinci boyut bireyin içinde bulunduğu olumsuz durumdan kaçmasını engelleyen nedenleri içeren dışsal faktörlere bağlı sıkışmış hissetme olarak adlandırılmakta ve 10 maddeden oluşmaktadır. İkinci boyut ise içsel duygu ve düşüncelerin neden olduğu içsel faktörlere bağlı sıkışmış hissi olarak adlandırılmakta ve 6 maddeden oluşmaktadır. SHÖ 5'li Likert tipi bir skalaya sahiptir ("0" Bana hiç uygun değil, "1" Bana çok az uygun, "2" Bana biraz uygun, "3" Bana çok uygun, "4" Bana tamamen uygun). Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Yüksek puanlar yüksek düzeyde sıkışmışlık hissini göstermektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 64, en düşük puan 0'dır. Ölçeğin orijinal formunda yapı geçerliği için uygulanan açımlayıcı faktör analizi alt boyutlara ayrı ayrı uygulanmış ve dışsal kaynaklı sıkışmış hissetme alt ölçeği için toplam varyansın %49.9'unu açıklayan ve faktör yükleri .41 ile .79 arasında değişen, içsel kaynaklı sıkışmış hissetme alt ölçeği için toplam varyansın %74.8'ini açıklayan ve faktör yükleri .81 ile .93 arasında değişen bir yapı elde edilmiştir. Uyum geçerliği çalışmasında dışsal kaynaklı sıkışmış hissetme ve içsel kaynaklı sıkış hissetme ile depresyon ($r=.54$, $r=.62$), umutsuzluk ($r=.64$, $r=.61$), boyun eğici davranış ($r=.48$, $r=.31$) arasında pozitif, sosyal karşılaştırma ($r=-.47$, $r=-.46$) arasında negatif ilişkiler bulunmuştur. Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik

katsayısı dışsal kaynaklı sıkışmış hissetme için .88, içsel kaynaklı sıkışmış hissetme için .93 olarak bulunmuştur. Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar Sıkışmış Hissetme Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirliğinin sağlandığını göstermektedir. Bu araştırmanın amacı Gilbert ve Allan (1998) tarafından geliştirilen SHÖ'yü Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenirliğini incelemektir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Ölçeğin geçerlik ve güvenirliğini belirlemek amacıyla yapılan analizler. 207'si (%54) kız ve 179'u (%46) erkek olmak üzere toplam 386 öğrenci üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Çalışmanın örnekleme belirlenirken Tabachnick ve Fidell (2007) tarafından faktör analizi için belirlenen ölçütler dikkate alınmıştır. Tabachnick ve Fidell'e (2007) göre faktör analizi yapılırken 300 kişilik çalışma grubu "iyi", 500 kişilik çalışma grubu "çok iyi" ve 1000 kişilik çalışma grubu "mükemmel" olarak değerlendirilmektedir.

İşlem

Ölçeğin Türkçe uyarlanması sürecinde öncelikle ölçeği geliştiren Gilbert ile elektronik posta yoluyla iletişime geçilerek uyarlama çalışması için gerekli izin alınmıştır. Ardından ölçek, iyi düzeyde İngilizce bilen 5 öğretim üyesinden tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar yine iyi düzeyde İngilizce bilen farklı 3 öğretim üyesi tarafından geri çevrilerek Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Yapılan incelemenin ardından Türkçe form anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Elde edilen Türkçe form psikolojik danışma ve rehberlik ve ölçme ve değerlendirme alanında uzman olan 3 öğretim üyesine incelenilerek görüşleri doğrultusunda son düzenlemeler yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. SHÖ'nün güvenirliği iç tutarlık yöntemiyle, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ile incelenmiştir. Geçerlik ve güvenirlik analizleri için SPSS 13.0 ve LISREL 8.54 (Jöreskog ve Sorbom, 1996) programları kullanılmıştır.

Bulgular

Madde Analizi ve Güvenirlik

Ölçek maddelerin ayırt etme gücünü belirlemek amacıyla madde toplam puan korelasyon katsayıları analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .37 ile .75 arasında sıralandığı görülmüştür. Bulgular Tablo 1’de görülmektedir.

Tablo 1. SHÖ Düzeltilmiş Madde Toplam Puan Korelasyon Katsayıları

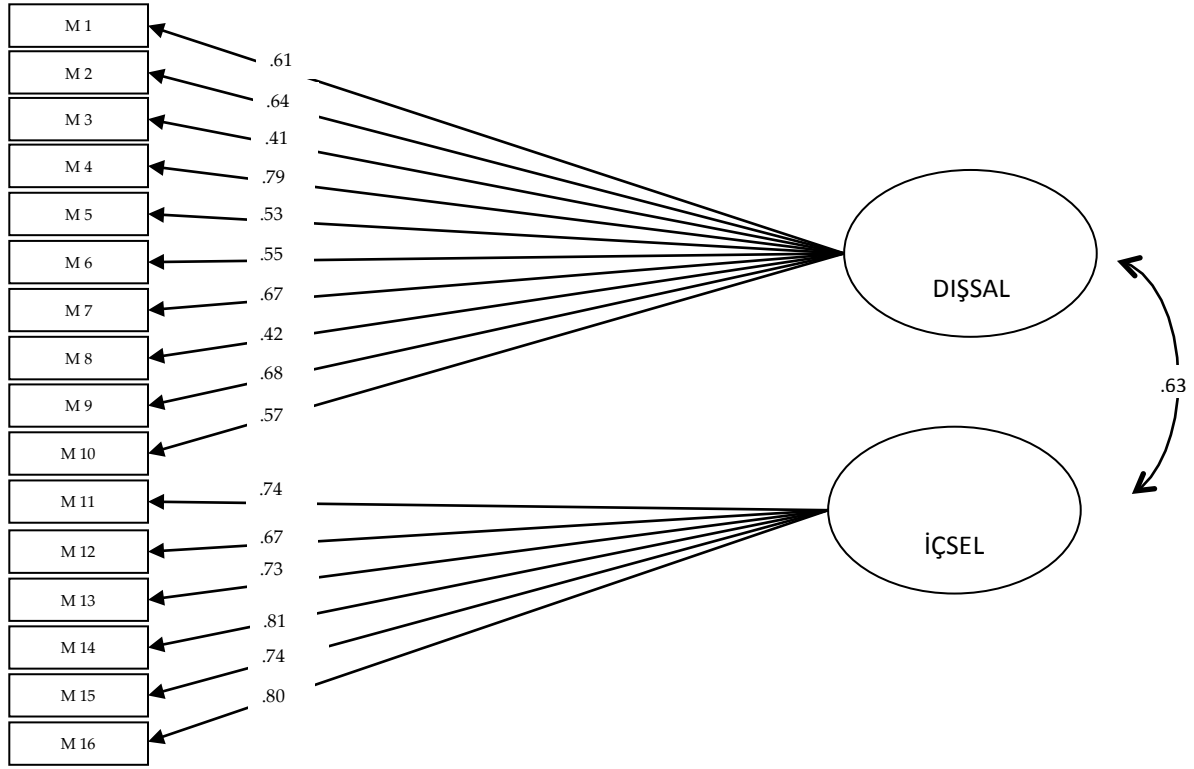
Madde no	r	Madde no	r
1	.54	11	.68
2	.58	12	.63
3	.37	13	.70
4	.70	14	.75
5	.48	15	.69
6	.51	16	.71
7	.63		
8	.40		
9	.64		
10	.53		

Ölçeğin ve alt boyutlarının güvenirliliği, Cronbach Alfa güvenirlilik katsayısı yardımıyla incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlilik katsayıları dışsal faktörlerden kaynaklanan sıkışmışlık hissi alt boyutu için .84 içsel faktörlerden kaynaklanan sıkışmışlık hissi alt boyutu için .87, ölçeğin tümü için .88 olarak bulunmuştur.

Yapı Geçerliliği

Ölçeğin yapı geçerliliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. Elde edilen uyum indeksi değerleri ($\chi^2= 175.34$, $sd= 100$, $RMSEA= .046$, $NFI= .98$, $IFI= .99$, $CFI= .99$, $RFI= .97$, $GFI= .94$, $SRMR= .035$) iki boyutlu sıkışmış hissetme modelinin iyi uyum verdiğini ortaya koymuştur (Hu ve Bentler, 1999). Doğrulayıcı faktör analizine ait faktör yükleri Grafik 1’de gösterilmiştir.

Grafik 1. Sıkışmış Hissetme Ölçeğine İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri



Tartışma

Sıkışmış hissetme kavramının kökenleri bireyin kendini engellenmiş hissetmesine bağlı olarak sergilediği savunmacı davranışlarla ilişkilidir. Bireyin kendini engellenmiş, çevrelenmiş hissetmesi, bu engellemelerden kurtulmak için güçlü bir arzusunun olması ancak, kurtulabilecek bir yol olmadığını düşünmesi olarak tanımlanabilecek sıkışmış hissetme ile ilgili yapılan çalışmalar bu yapının depresyon, anhedoni, intihar ve kaygı gibi birçok psikolojik problemle yakından ilişkili olduğu sonucu ortaya koymuştur (Gilbert ve Allan, 1988; Gilbert, ve Diğerleri, 2002; Taylor, Gooding, Wood ve Tarrier, 2011). Bu noktadan hareketle yapılan çalışmada Gilbert ve Allan (1998) tarafından geliştirilen Sıkışmış Hissetme Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ve Türkçe formun geçerlik ve güvenirliliğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yürütüldüğü gruplar sayı bakımından istatistiksel analizlerin gerektirdiği yeterliliktedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda iki boyutlu modelin iyi uyum verdiği ve ölçeğin orijinal faktör yapısının Türkçe formun faktör yapısıyla uyumlu olduğu görülmüştür.

Ölçeğin Türkçe formunun güvenirlik katsayılarının yüksek bulunması güvenirliğin yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Araştırmalarda kullanılacak ölçme araçları için öngörülen güvenirlik düzeyinin .70 olduğu (Sipahi, Yurtkoru, ve Çinko, 2008) dikkate alınırsa, Türkçe formun iç yapı güvenirliğinin sağlandığı söylenebilir. Madde analizi sonucunda ölçeğin madde-toplam korelasyon katsayılarının .30 ölçütünü karşıladığı görülmüştür. Madde-toplam korelasyon katsayılarının yorumlanmasında .30 ve daha yüksek olan maddelerin, bireyleri ölçülen özellik bakımından iyi derecede ayırt ettiği (Özdamar, 2004) göz önüne alındığında, madde toplam korelasyon katsayılarının yüksek düzeyde olduğu söylenebilir.

Yorum

Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen bulgulara göre ölçeğin bireylerin sıkışmış hissetme düzeylerini belirlemek için kullanılacağı söylenebilir. Ancak geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının üniversite öğrencileri üzerinde yürütülmüş olması, ölçeğin geçerlik ve güvenirliği için farklı gruplar üzerinde yapılacak çalışmaları gerekli kılmaktadır. Ayrıca ölçeğin test tekrar-test güvenirliğinin incelenmesi oldukça önemlidir. Son olarak ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek amacıyla, geçerlik ve güvenirliği kanıtlanmış ölçeklerle Sıkışmış Hissetme Ölçeği arasındaki ilişkiler incelenebilir.

Referanslar

Allan, S. ve Gilbert, P. (1995). A Social Comparison Scale : Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences* 19, 293-299.

Arslantaş, H. ve Ergin, F. (2011). 50-65 yaş arasındaki bireylerde yalnızlık, depresyon, sosyal destek ve etki eden faktörler. *Turkish Journal of Geriatrics*, 14 (2) 135-144.

Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97, 90-133.

Beckham, E. E., Leber, W. R., ve Youll, L. K. (1995). The diagnostic classification of depression. In E. E. Beckham ve W. R. Leber (Eds.), *Handbook of depression (second edition)* . New York: Guilford.

Dixon, A. K. (1998). Ethological strategies for defence in animals and humans: their role in some psychiatric disorders. *British Journal of Medical Psychology*, 71, 417–446.

Gilbert, P. (1992). *Depression: The evolution of powerlessness*. Hove, UK: Erlbaum

Gilbert, P. (2000). Varieties of submissive behaviour: evolution and role in depression. In L. Sloman, ve P. Gilbert, *Subordination and defeat. An evolutionary approach to mood disorders* (pp. 30–45). Mahwah: Lawrence Erlbaum.

Gilbert, P. (2001). Evolutionary Approaches to Psychopathology: The Role Of Natural Defences. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 35, 17-27.

Gilbert, P. ve Allan, S. (1998). The Role of Defeat and Entrapment (Arrested Flight) in Depression: An Exploration of an Evolutionary View. *Psychological Medicine*, 28, 585-598.

Gilbert, P. ve Gilbert, J. (2003). Entrapment and arrested fight and flight in depression: An exploration using focus groups. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 76, 173–188.

Gilbert, P., Allan, S., Brough, S., Melley, S., ve Miles, J. (2002). Anhedonia and Positive Affect: Relationship to Social Rank, Defeat and Entrapment. *Journal of Affective Disorders*, 71, 141-151.

Hu, L. T., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structural analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1–55.

Joreskog, K. G., ve Sorbom, D. (1996). *LISREL 8 reference guide*. Lincolnwood, IL: Scientific Software International.

Murray, C. J. L., ve Lopez, A. D. (1996). *The global burden of disease: A comprehensive assessment of mortality and disability from diseases, injuries and risk factors in 1990 and projected to 2020*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Özdamar, K. (2004). *Paket programlar ile istatistik veri analizi 1*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.

Pişirgen, T. N. (2011). *Riskli Gebeliklerde Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin Değerlendirilmesi*, Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Osman Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Eskişehir.

Savaşır, I. (2004). Duygudurum Bozuklukları. In Davison G.C., Neale, J.M (Eds.) *Anormal Psikolojisi* (İ. Dağ Çeviri Editörü). (s. 234-271). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Seligman, M.E., (1974). *Depression and Learned Helplessness*. Oxford: Wiley.

Sipahi, B. Yurtkoru, E. S., ve Çinko, M. (2008). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.

Sloman, G., Gilbert, P., Hasey, G. (2003). Evolved Mechanisms in Depression: The Role and Interaction Of Attachment And Social Rank in Depression, *Journal of Affective Disorders*. 74, 107–121.

Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.

Taylor, P.J., Gooding, P., Wood, A.M., Tarrier, N., 2011. The role of defeat and entrapment in depression, anxiety, and suicide. *Psychological Bulletin*, 137, 391-420.

Taylor, P.J, Wood, A.M., Gooding, P., Johnson, J., Tarrier, N. (2009). Are Defeat and Entrapment Best Defined As a Single Construct? *Personality and Individual Differences*, 47, 795–797

Yüksel, N. (1984) Bilişsel İşlevleri Yönünden Normallerle Depresif Hastaların Karşılaştırılması. *Psikoloji Dergisi*, 5(117) s.14-15.