

The Turkish Adaptation of the Dispositional Self-Control (DSC) Scale and Examination of Its Psychometric Properties

Atanur Akar^a 

^a Assistant Professor, Nuh Naci Yazgan University, İstanbul, Türkiye, atapsk@hotmail.com

ABSTRACT

This study aimed to adapt the Dispositional Self-Control (DSC) Scale to Turkish and evaluate its psychometric properties. The DSC Scale measures individuals' ability to resist two types of temptation — Doing Right (DW) and Not Doing Right (NDR) — through the dimensions of yielding and overriding. In the study with a methodological design, the data were collected from 337 participants aged between 18 and 65 (age_x = 24.84, sd = 6.81). The majority of the participants were psychology students or graduates (74.5%). The adaptation of the scale into Turkish was carried out using the translation-back translation method and revised in line with expert opinions. The structure of the scale was examined using Exploratory Factor Analysis (EFA) and Multidimensional Scaling (MDS) methods. Reliability was evaluated using internal consistency coefficients (Cronbach's alpha) and correlations with relevant scales. EFA revealed that the scale has a two-factor structure and explains 39.66% of the variance. The items were grouped under DW and NDR. Multidimensional scaling confirmed the four-dimensional theoretical model of the scale, and the model fit indices (S-Stress = 0.01, Tucker's Coefficient of Congruence = 0.996) were found to be excellent. The overall Cronbach's alpha coefficient of the scale was 0.88, while the alpha coefficients of the subscales ranged from 0.70 to 0.80. Correlations with the Impulsiveness, Self-Regulation, and Behavioral System scales supported the construct validity of the scale. The lower DSC scores of individuals experiencing economic difficulties or failing to achieve their dietary goals demonstrate the sensitivity of the scale. The Turkish adaptation of the DSC Scale can be used as a valid and reliable measurement tool. The scale can be used to examine self-control behaviors in various contexts.

Article Type
Research

Article Background
Received:
22.01.2025
Accepted:
04.03.2025

Keywords
Self-Control,
Validity,
Reliability

To cite this article: Akar, A. (2025). The Turkish adaptation of the Dispositional Self-Control (DSC) Scale and examination of its psychometric properties. *International Journal of Turkish Education Sciences*, 13 (1), 379-411. <https://doi.org/10.46778/goputeb.1625316>

Corresponding Author: Atanur Akar, e-mail: atapsk@hotmail.com

Introduction

Self-control is a fundamental psychological process that enables individuals to resist immediate desires and impulses in order to achieve long-term goals. Self-control plays a vital role in everyday decision-making situations, such as avoiding an extra slice of dessert or postponing social activities for work obligations (Ein-Gar & Sagiv, 2014). This trait has been shown by many studies to be a component of well-regulated behavior and an important factor for long-term success and well-being (Fishbach & Shah, 2006; Hofmann et al., 2009). However, despite its importance, it is observed that there are limited measurement tools used to assess individuals' dispositional self-control (Maloney et al., 2012).

Self-control has generally been examined through subscales such as impulse control (Metcalf & Mischel, 1999), delay (Hofmann et al., 2009), delay of gratification (Ariely & Wertenbroch, 2002), and maintaining goal-directed behavior (Fudenberg & Levine, 2006). However, it has been suggested that this concept is influenced by two fundamental human motivations: the principles of approaching pleasure and avoiding pain (Higgins, 1997). In this context, the processes of resisting two types of temptations, termed "Doing Wrong" (DW) and "Not Doing Right" (NDR), facilitate a comprehensive understanding of self-control (Ein-Gar & Sagiv, 2014). "Doing Wrong" refers to focusing on short-term rewards while ignoring long-term consequences, whereas "Not Doing Right" involves postponing or avoiding necessary tasks, thereby jeopardizing long-term outcomes. In this context, the two processes of resisting temptations, termed "Doing Wrong" (DW) and "Not Doing Right" (NDR), provide a comprehensive framework for understanding self-control (Ein-Gar & Sagiv, 2014).

However, it has been observed that many existing scales in the literature focus on only one of the dimensions, DW or NDR, and fail to address self-control comprehensively. For example, scales such as the Brief Self-Control (BSC) Scale primarily focus on the yielding aspect of doing wrong, while Ego-Control Scales place less emphasis on the Not Doing Right dimension (Tangney et al., 2004; Letzring et al., 2005). In most situations, individuals face both types of temptation simultaneously and must resist both to fully exercise self-control. In this context, the Dispositional Self-Control (DSC) Scale stands out as a tool that evaluates self-control more comprehensively by integrating both DW and NDR dimensions (Ein-Gar & Sagiv, 2014).

The Dispositional Self-Control (DSC) Scale is a comprehensive tool developed to measure individuals' dispositional self-control across various contexts (Ein-Gar & Sagiv, 2014). The initial study on the Turkish adaptation and psychometric properties of the scale was conducted by Şimşir-Gökalp and Koç (2022). However, to achieve more robust and generalizable results in validity and reliability analyses, it is recommended to replicate the study across different samples. In this study, psychometric properties, particularly criterion validity, were re-examined using multiple measurement tools on a different sample, adhering to the original scale structure throughout the process. This approach was chosen to more robustly support the scale's consistency and validity, aiming to provide stronger evidence in the literature. This situation highlights the need for a tool to measure self-control tendencies among Turkish-speaking individuals. Adapting the scale into Turkish will not only expand the academic knowledge in this field but also contribute to understanding individual and societal issues related to self-control. The aim of this study is to adapt the Dispositional Self-Control (DSC) Scale into Turkish and evaluate the psychometric properties of

the scale (Ein-Gar & Sagiv, 2014). The study seeks to make a contribution to Turkish literature and lay the groundwork for future research in this area.

Method

Study Design

It is a methodological study encompassing the scale adaptation process and was conducted using a cross-sectional design.

Participants

A total of 361 participants were reached through social media, but after excluding participants who did not complete any scales or answered the attention control questions incorrectly, analyses were conducted with 337 participants. The majority of the participants were women ($n = 304$; 90.2%), and the ages of all participants ranged from 18 to 65 ($\bar{x}=24.84$, $SD=6.81$). The majority of participants indicated that they were students or graduates of the psychology department ($n = 251$; 74.5%). When looking at the education level of their mothers, it was found that 7.5% had no formal education, 26.5% had primary school education, 11.7% had middle school education, 32.5% had high school education, 21.4% had university education, and 0.3% had postgraduate education. The education level of their fathers shows that 1.2% had no formal education, 16.2% had primary school education, 17.7% had middle school education, 29.4% had high school education, 31.2% had university education, and 4.2% had postgraduate education. 8.6% of the participants ($n = 29$) reported having received a psychiatric diagnosis in the past. These participants most commonly reported diagnoses of attention deficit hyperactivity disorder ($n = 4$; 13.8%) and panic disorder ($n = 3$; 10.3%). 22% of the participants ($n = 74$) reported having experienced problems with excessive spending in the past, and 86.5% of these participants ($n = 64$) stated that they had to seek help from their friends or family due to the issues they faced. 64.6% of the participants ($n = 217$) reported having followed a diet in the past, and 26.5% of these participants ($n = 57$) stated that they adhered strictly to the diet program. The remaining participants either stretched the diet program ($n = 101$; 47.0%) or discontinued it ($n = 57$; 26.5%). When participants were asked to evaluate the outcome of their diet program, 28.4% ($n = 61$) reported that they reached their target weight, 51.2% ($n = 110$) stated that they got close to their target weight, and 20.5% ($n = 44$) mentioned that they did not reach their target weight.

Data Collection

In this study, the data collection process was conducted online through social media platforms. To reach the participants, platforms with a large user base, such as X (formerly known as Twitter), Facebook, Instagram, and WhatsApp, were specifically preferred. An informative announcement about the study was prepared, shared on relevant platforms, and individuals were encouraged to participate in the study. Through WhatsApp, the research announcement was shared in various group chats and via individual messages. The announcement text clearly stated the aim of the study, the participation criteria, and that it was based on voluntary participation. The participants were directed to the online questionnaire form through the shared link. Throughout the data collection process, a total of 361 individuals opened the questionnaire; however, data from 337 participants were used in the analyses, as some participants either filled out the scales incompletely or provided incorrect responses to the attention control questions. The attention control questions used in the study were designed to prevent participants from filling out the questionnaire randomly or carelessly. In this context, simple instructions requiring direct responses were added within specific

items, and the participants who provided incorrect answers to these questions were excluded from the dataset. At the end of this process, the analyses were conducted with 337 participants who provided qualified and complete data.

Implementation of the Study

The scale was translated into Turkish using the "translation-back translation" method by two independent translators who are experts in the field. During the translation process, special attention was given to ensuring that the translators were experts in the fields of linguistics, psychology, and measurement and assessment. One of the translators holds a doctorate in the field of linguistics, while the other has a doctorate in psychometrics and measurement-evaluation. After the translation process, the resulting version was reviewed by a linguistics professor and three researchers with Ph.D. degrees in psychology, and the first draft was created. Subsequently, the draft scale was re-translated into the original language by two independent translators whose native language is English and was then presented to a panel of five experts. The expert panel consisted of individuals specialized in psychometrics, psychology, and measurement and assessment. Two of the panel members are faculty members with a Ph.D. in psychology, one is a faculty member with a Ph.D. in the field of measurement and assessment, one is an expert with a Ph.D. in linguistics, and the other is a faculty member working in the field of applied psychometrics. After obtaining the opinions of the experts, the content validity index was calculated as 0.94. The scale items were revised with the feedback received from the experts and a pilot study was conducted (International Test Commission, 2018; World Health Organization (WHO), 2020). The final version was approved after 50 participants in the pilot study found the scale to be clear and understandable. The final study was implemented to 361 participants via social media.

Measurement Tools

Demographic Information Form: It consists of questions about the sociodemographic characteristics of the participants. The form was developed by the researchers in line with the literature (Maloney et al., 2012; Lindner et al., 2015).

Dispositional Self-Control (DSC) Scale: The scale developed by Ein-Gar and Sagiv (2014) measures individuals' tendencies to override two types of temptations: Doing Wrong (DW) and Not Doing Right (NDR). DW refers to engaging in actions that are impulsive and provide short-term gratification but hinder the achievement of long-term goals. DR refers to delaying or avoiding the completion of a task that aligns with one's goals, without considering the long-term consequences. The scale measures these two dimensions in terms of yielding and overriding. Thus, four subscales' scores can be calculated from the scale: Yielding to Doing Wrong (YDW), Overriding Doing Wrong (ODW), Yielding to Not Doing Right (YNDR), and Overriding Not Doing Right (ONDR). Ein-Gar and Sagiv (2014) reported that the internal consistency coefficients (alpha) of the four subscales were .80, .70, .86, and .81, respectively. The internal consistency coefficients for the DW and DR general indices, calculated by reversing the yielding items, were reported as .82 and .88, respectively. The internal consistency of the entire scale was reported as .89, and the test-retest reliability measured after a period of one year was reported as .73.

Behavioral Inhibition System / Behavioral Activation System Scales (BIS/BAS Scales): The 24-item 4-point Likert scale developed by Carver and White (1994) includes 7 items measuring the behavioral inhibition system, while the remaining items measure the sub-dimensions of the behavioral

activation system: Fun Seeking: (4 items), Reward Responsiveness: (5 items), and Drive (4 items). Four items in the scale are filler items. The scale was adapted into Turkish by Şişman (2012). In the adaptation study, it was reported that the scale exhibited a four-factor structure as expected, with internal consistency of the subscales ranging from .57 to .69, and time consistency ranging from .58 to .80. In the present study, it was observed that the internal consistency of the subscales ranged from .67 to .74.

Barratt Impulsiveness Scale - 11 Short Form (BIS-11-SF): The 11th version of the scale developed by Barratt (1959) was revised by Patton et al. (1995). The 30-item scale was adapted into Turkish by Güleç et al. (2008). The 15-item BIS-11-SF was created by shortening the Turkish version of the scale by Tamam, Güleç, and Karataş (2013). The four-point Likert-type scale consists of three factors: non-planning impulsivity, motor impulsivity, and attentional impulsivity. In the adaptation study, it was reported that the alpha coefficients of the subscales were .80, .70, and .64, respectively, and the alpha coefficient for the entire scale was calculated as .82. In this study, it was observed that the alpha coefficients of the subscales were .74, .58, and .78, respectively, and the alpha internal consistency coefficient for the entire scale was calculated as .84.

Self-Regulation Scale (SRS): The scale developed by Rosenbaum (1980) was adapted into Turkish by Duyan et al. (2012). In the Turkish adaptation study of the SRS, which was developed as a unidimensional scale, it was reported that three subscales were observed, explaining 29.91% of the total variance. It has been reported that the internal consistencies of the factors labeled as experiential self-control, reformative self-control, and redressive self-control are .84, .76, and .73, respectively, while the internal consistency for the entire scale is .81. In this study, it was found that the internal consistencies of the subscales of the SRS are .72, .81, and .78, respectively, while the internal consistency for the entire scale is .84.

Compulsive Buying Scale (CBS): The scale, developed by d'Astous and Fortier (1988), was adapted into Turkish by Yüncü and Kesebir (2014). It is stated that the 12-item, 5-point Likert scale, originally developed as a single-factor scale, exhibited a three-factor structure in the Turkish adaptation study. It has been reported that the internal consistencies of the factors labeled as spending tendency, reactive buying, and guilt are .72, .93, and .81, respectively, while the internal consistency for the entire scale is .80. In this study, the internal consistencies of the subscales were calculated as .85, .90, and .64, respectively, while the internal consistency for the entire scale was .92.

Ethical Considerations

This study was approved by the Scientific Research and Publication Ethics Committee of Afyon Kocatepe University, Social and Human Sciences (decision dated February 8, 2021 and numbered 5727). Since the data were collected through online platforms, institutional permission was not obtained. The study was based on the principle of voluntariness, and the participants' rights to anonymity and confidentiality were strictly protected. The participants were informed about the aim and procedures of the study; their verbal and written consent was obtained. The study was conducted in accordance with the ethical principles outlined in the Helsinki Declaration. Permission was obtained from the original author for the adaptation of the scale.

Data Analysis

The data analysis was conducted using SPSS 25.0. Exploratory Factor Analysis (EFA) was conducted to examine the construct validity of the DSC Scale, and the factor structure was evaluated using the

Principal Axis Factoring method and Promax Rotation. In addition, the dimensions of the scale were visualized using the Multidimensional Scaling (MDS) method, and the model fit was assessed with Stress value and Tucker's Coefficient of Congruence. Confirmatory Factor Analysis (CFA) was conducted to validate the factor structure of the scale. Within the scope of CFA, the values of Chi-square/Degree of Freedom (χ^2 / df), Standardized Root Mean Square Residual (SRMR), Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA), Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI), Goodness of Fit Index (GFI), Comparative Fit Index (CFI), Incremental Fit Index (IFI), and Tucker-Lewis Index (TLI) were examined. The reliability of the scale was examined by calculating the Cronbach's alpha coefficient. The criterion-related validity of the scale was assessed through the correlations with BIS/BAS, BIS-11-SF, SRS, and CBS. In addition, differentiation analyses were conducted based on demographic variables; the effects of spending problems, dieting experience, and dieting outcomes on DSC Scale scores were analyzed using independent samples t-test and z-test.

Findings

Findings Regarding the Construct Validity of the DSC Scale

To examine the construct validity of the scale, Principal Axis Factoring analysis with Promax rotation and Multidimensional Scaling methods were used. The exploratory factor analysis findings indicated that the sample size and the correlations between the scale items were sufficient for factor analysis ($KMO = .89$; $\chi^2(136) = 2019.94$, $p < .001$). Two factors with eigenvalues greater than 1 explained 40.71% of the total variance. When examined overall, it was observed that the items related to the factors of Doing Wrong (DWy and DWo) and the items related to the factors of Not Doing Right (DRy and DRo) grouped together, indicating a two-factor structure. Additionally, it was noted that the 7th item related to DRo was placed under the factors of Doing Wrong. When the Scree Plot and the distribution of items across factors were examined, it was decided to proceed with a 2-factor analysis for the analysis. The two-factor analysis conducted explained 39.89% of the total variance. It was observed that the first factor, with an eigenvalue of 4.60, included items related to Doing Wrong, along with the 7th item related to DWo. The remaining items related to Not Doing Right were grouped under the second factor, which had an eigenvalue of 4.27. In the re-analysis conducted after removing the 7 items loaded under the wrong factor, the two-factor analysis explained 39.66% of the total variance. It was observed that the first factor, with an eigenvalue of 4.88, included items related to Doing Wrong, while the second factor, with an eigenvalue of 1.46, grouped the items related to Doing Right (Table 1). The corrected item-total correlations indicate that the correlation of all items within the scale with the DSC Scale ranged from .40 to .59 (Mdn. = .52). When the correlations between the subscales were examined, it was observed that there were high correlations within the subscales of Doing Wrong and Not Doing Right (Table 2).

Table 1

Findings from the Exploratory Factor Analysis of the DSC Scale

Items	Doing Wrong	Not Doing Right	Item Total Correlation
People say I often make up my mind without thinking things through.*	0.70	-0.03	0.55
I often act without thinking through all of the alternatives.*	0.70	-0.02	0.55
I often make spontaneous and slightly hasty decisions.	0.69	0.04	0.59
I rarely act impulsively.	0.65	0.01	0.54
Even when I am stressed, most of the decisions I make are considered and calculated.	0.57	-0.03	0.44
Even when something exciting happens to me, I do not get carried away by my feelings or act without thinking.	0.56	-0.05	0.41
I do many things on the spur of the moment.*	0.55	-0.06	0.40
Usually, when something tempts me, I manage to hold out.	0.43	0.17	0.49
I usually succeed in overcoming temptations.	0.38	0.21	0.49
I tend to finish assignments right away, even if they are annoying.	-0.16	0.80	0.49
I never delay work that needs to be done, even if I am busy.	-0.08	0.74	0.51
I sometimes postpone tasks that I must do until it's almost too late.*	0.00	0.70	0.55
It is important for me to finish all of my tasks on time, even if I don't feel like doing them.	0.01	0.68	0.54
I tend to postpone completing unpleasant tasks.*	0.12	0.54	0.54
People can trust me to stay on schedule even if I am overloaded and under a lot of pressure.	0.18	0.53	0.57
When I need to run errands, I usually put them off until the last minute.*	0.05	0.49	0.43
Eigenvalue	4.88	1.46	
Variance Explained %	30.50	9.16	

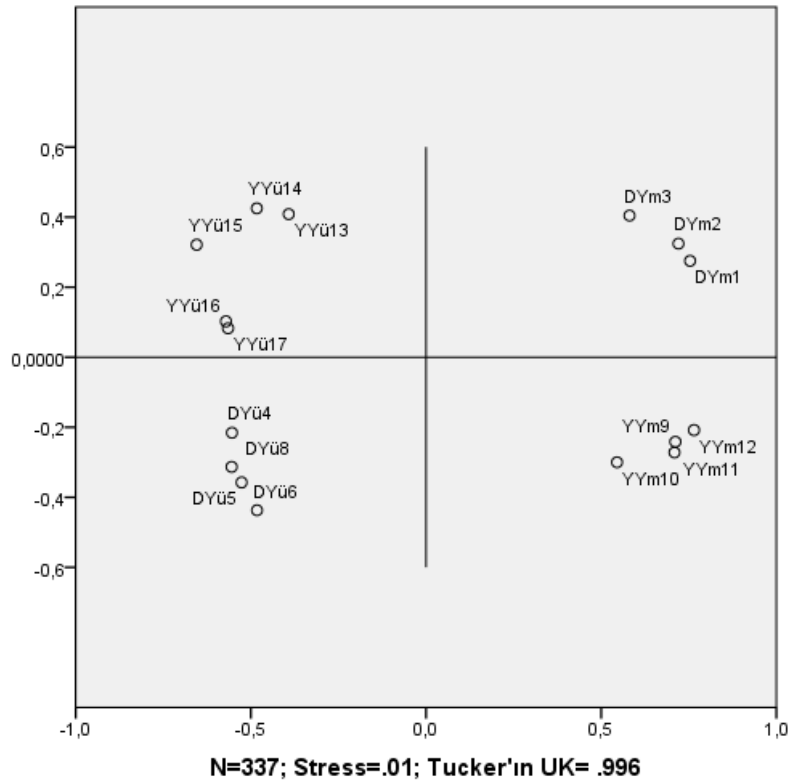
Note: The items related to Yielding were reverse-coded.

Although the exploratory factor analyses suggested a two-factor structure, a four-factor structure was tested using Multidimensional Scaling, in accordance with the recommendation of Ein-Gar and Sagiv (2014). In the Multidimensional Scaling method, dimensions are calculated by using the proximities between the responses to stimuli to best represent these responses. This method, which is similar to factor analysis in this regard, is particularly recommended when high correlations are observed between the relevant measurements. In addition, since the Multidimensional Scaling method also examines the fit of the data to the theoretical model, it is considered a confirmatory method as well (Ding, 2018). In the analysis conducted using PROXSCAL, the 7th item, which was loaded under the wrong factor, was removed, and the distances for the 2x2 two-dimensional theoretical model were calculated using Euclidean distance after performing z-standardization. The model fit obtained from the conducted analysis was determined by calculating the standardized S-Stress value and Tucker's Coefficient of Congruence. Dugard et al. (2010) stated that a stress value less than .15 and a Tucker's Coefficient of Congruence close to 1.00 indicate good fit. As a result of the analysis, it was found that the stress value was .01 and the Tucker's Coefficient of Congruence

was .996. As shown in Figure 1, the items DWy, DWo, DRy, and DRo are grouped into four distinct clusters on the two dimensions. Compared to the findings of Ein-Gar and Sagiv (2014), it was observed that the clustering of the scale items on the X and Y axes is consistent, with the X axis ranging from overriding to yielding."

Figure 1

Findings of the Multidimensional Scaling Analysis for the Four Dimensions of the DSC Scale.



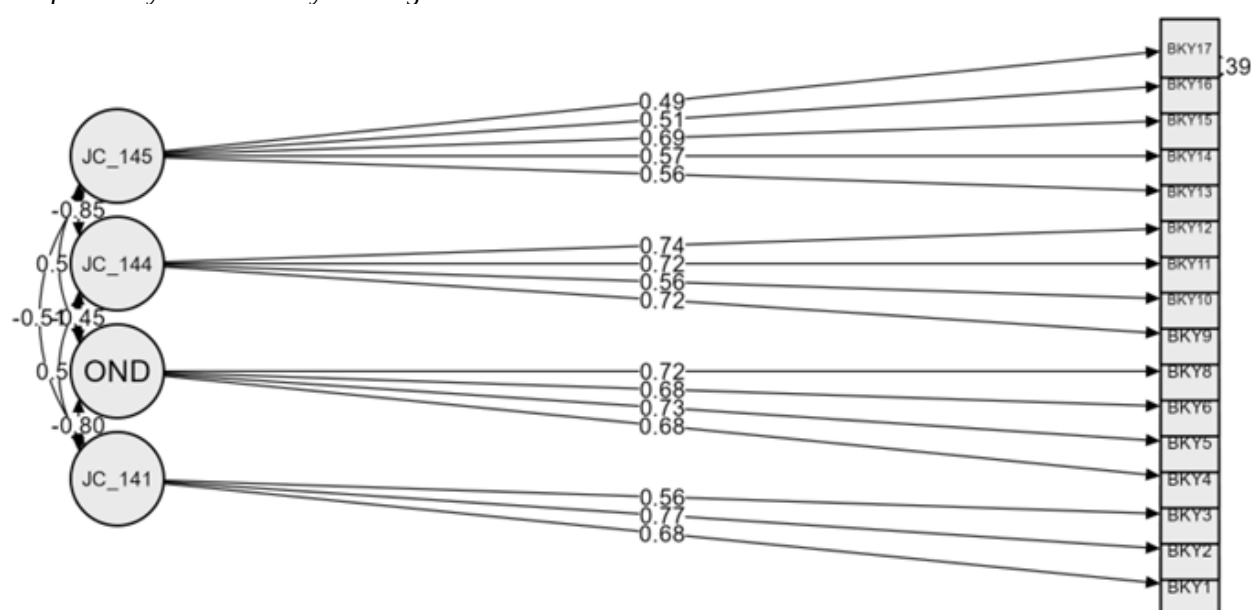
CFA was applied to confirm the factor structure of the DSC Scale, and the path diagram is presented in Figure 1, while the fit indices are provided in Table 2. Accordingly, the fit indices of the DSC Scale were found to be $\chi^2/df = 2.001$; SRMR = 0.050; RMSEA = 0.055; GFI = 0.997; CFI = 0.944; IFI = 0.945; TLI = 0.931 (Table 2). During the analysis, the errors of items 16 and 17 were correlated, as the items were similar in meaning.

Table 2

Goodness of Fit Indices

Fit Index	Perfect Ft	Acceptable Fit	Observed value
χ^2 / df	$0 \leq \chi^2/df \leq 3$	$3 \leq \chi^2/df \leq 4$	194.106 / 97 = 2.001
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.1$	0.050
RMSEA	$0 < RMSEA < 0.05$	$0.05 < RMSEA < 0.08$	0,055
GFI	$0.95 \leq GFI \leq 1$	$0.80 \leq GFI \leq 0.90$	0,997
CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1$	$0.90 \leq CFI \leq 0.95$	0,944
IFI	$0.95 \leq IFI \leq 1$	$0.90 \leq IFI \leq 0.95$	0,945
TLI	$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0,931

Figure 2

Confirmatory Factor Analysis Diagram

JC_141 = Yielding Not Doing Right, OND = Overriding Not Doing Right, JC_144 = Yielding Doing Wrong, JC_145 = Overriding Doing Wrong

Findings Regarding the Reliability of the DSC Scale

The analyses on the construct validity of the DSC Scale have shown that the scale can be used in both a two-factor and a four-factor structure. The alpha coefficient was calculated as .83 for both the Doing Wrong and Not Doing Right subscales. The reliability of the DWy, DWo, DRy, and DRo subscales ranged between .70 and .80. Finally, the internal consistency of the entire scale was calculated as .88 (Table 3).

Table 3

Reliabilities and Intercorrelations of the DSC Scale and its Subscales

Variables	Mean	SD	Alpha	DSC Scale	DW	DR	DWy	DWo	DRy
DSC Scale	3.42	.60	.87						
DW	3.46	.64	.83	.87					
DR	3.51	.74	.83	.84	.47				
DW-Y	2.41	.79	.78	-.77	-.89	-.40			
DW-O	3.36	.65	.72	.79	.90	.44	-.61		
DRy	2.78	.88	.70	-.75	-.43	-.87	.39	-.38	
DRo	3.73	.79	.80	.76	.42	.92	-.34	.40	-.61

Note: When calculating DW and DR, the Yielding items were reverse-coded.

The Relationship Between the DSC Scale and Demographic Variables

The relationships of the DSC Scale and its subscales with experiencing financial problems due to excessive spending, dieting, and internet use—factors considered to be related to self-control—were examined. Those who reported experiencing financial problems due to excessive spending in the past scored lower on the total DSC Scale score and the DW and DR subscales (Table 4). In terms of yielding and overriding, those who experienced spending problems indicated that they tended more to Doing Wrong and Not Doing Right, whereas those who did not experience such problems stated

that they tended to override Doing Wrong and Not Doing Right more.

In terms of dieting, it was observed that those who had attempted dieting had lower overriding Doing Wrong scores compared to those who had not attempted dieting, while other differences were not statistically significant. When examining the experiences of those who had attempted dieting in the past, it was found that those who followed the diet and those who discontinued it differed in terms of Not Doing Right and those who discontinued the diet tended more to Not Do Right and overrode it less. In terms of the diet outcome, it was observed that those who reached their target weight had higher total DSC Scale scores, as well as higher scores on Doing Right and Not Doing Wrong. They also scored higher on overriding Doing Wrong and overriding Not Doing Right, and had lower scores on yielding Not Doing Right.

Table 4

Differences in Dispositional Self-Control According to Demographic Variables

Variables	DSC Scale		DW		DR		DW-Y		DW-O		DR-Y		DR-O	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Spending Problem No (262)	3.56	0.55	3.52	0.61	3.60	0.69	2.34	0.75	3.41	0.63	2.68	0.81	3.81	0.73
Yes (74)	3.22	0.64	3.25	0.68	3.19	0.84	2.66	0.86	3.18	0.69	3.15	0.99	3.45	0.94
z	-3.97***		-3.19***		-3.76***		2.85**		-2.48**		3.78***		-2.82**	
Diet Attempt No (119)	3.54	0.55	3.56	0.56	3.53	0.74	2.34	0.71	3.48	0.56	2.76	0.87	3.74	0.75
Yes (217)	3.45	0.60	3.40	0.67	3.50	0.75	2.45	0.82	3.29	0.68	2.79	0.88	3.72	0.82
z	-1.18		-1.91 ^t		-0.19		-0.75		-2.45**		-0.14		-0.27	
Diet Experience Completed (57)	3.53	0.68	3.40	0.72	3.69	0.79	2.48	0.91	3.31	0.70	2.67	0.97	3.96	0.76
Discontinued (57)	3.31	0.59	3.32	0.65	3.29	0.75	2.51	0.82	3.18	0.69	3.03	0.90	3.53	0.82
t	1.86 ^t		0.65		2.75**		-0.16		1.00		-2.02*		2.91**	
Diet Outcome Goal Achieved (60)	3.56	0.59	3.51	0.62	3.64	0.75	2.32	0.79	3.36	0.61	2.59	0.79	3.81	0.80
Goal not Achieved (42)	3.23	0.65	3.21	0.69	3.26	0.79	2.64	0.88	3.10	0.69	2.94	0.88	3.41	0.87
t	2.68**		2.24*		2.47*		-1.97 ^t		2.03*		-2.13*		2.37*	

Note: When calculating DW and DR, the Yielding items were reverse-coded. * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

The Relationship Between the DSC Scale and Criterion Variables

When examining the relationship between the DSC Scale and its subscales with BIS, a significant weak negative relationship was found with DWo and a significant weak positive relationship with DRy. Significant positive correlations were observed between BAS-Reward and DR and DRo. It was observed that there were significant weak to moderate correlations between BAS-Fun and the DSC Scale and its subscales. The correlations in question showed that BAS-Fun is associated with a decrease in overriding and an increase in yielding for DW and DR. A weak positive relationship was found between BAS-Drive and DRo, while no significant relationships were found between the other DSC measurements (Table 5).

The BIS-11-SF, which is related to impulsiveness, was observed to have a strong correlation with the decrease in DSC. As expected, significant positive relationships were observed between the BIS-11-SF measurements and yielding, while negative relationships were found with overriding. Additionally, it was found that the correlation between BIS-11-SF and the impulsiveness-related DW subscale of the DSC Scale was significantly stronger than the correlation with the DR-related subscale ($z = -6.26, p < .001$). When examining the correlations with SRS, it was found that the DSC Scale and its subscales had significant medium-strength relationships in the expected direction. Overall, it was found that both DSC and SRS increased together, with SRS measurements showing a negative correlation with yielding and a positive correlation with overriding. Finally, it was found that an increase in CBS was associated with a decrease in DSC, with CBS scores showing a positive relationship with yielding and a negative relationship with overriding (Table 5).

Table 5

The Relationship Between the DSC Scale and Its Subscales with Criterion Variables

Variables	DSC Scale	DW	DR	DWy	DWo	DRy	DRo
BIS	-.10	-.10	-.08	-.01	-.18***	.12*	-.03
BAS.Reward	.12*	.03	.18***	-.07	-.01	-.10	.22**
BAS.Fun	-.41***	-.49***	-.20***	.50**	-.38***	.23***	-.14*
BAS.Drive	.00	-.07	.09	.13*	.01	-.01	.13*
BIS-11-SF	-.72***	-.74***	-.48***	.73***	-.59***	.44***	-.42***
SRS	.53***	.47***	.44***	-.38***	.46***	-.39***	.39***
CBS	-.44***	-.44***	-.30***	.44***	-.36***	.31***	-.23***

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Discussion

The DSC Scale is a measure developed by Ein-Gar and Sagiv (2014) to evaluate individuals' dispositional self-control. Today, there is an increasing need for measurement tools to evaluate individuals' ability to control their behaviors and achieve long-term goals. In this context, evaluating the validity and reliability of the DSC Scale in different cultural settings is of great importance. This study was conducted to examine the psychometric properties of the Turkish version of the DSC Scale and to support its use in the local context. The results of the study were discussed under two main headings: the construct validity and the factor structure of the scale.

Today, there is an increasing need for measurement tools to evaluate individuals' ability to control their behaviors and achieve long-term goals. In this context, evaluating the validity and reliability of the DSC Scale in different cultural settings is of great importance. This study was conducted to examine the psychometric properties of the Turkish version of the DSC Scale and to support its use in the local context. The results of the study were discussed under two main headings: the construct validity and the factor structure of the scale.

Validity Analyses

In this study, EFA was applied to examine the construct validity of the DSC Scale. According to the EFA results, it was determined that the scale has a two-factor structure. Factor 1 consists of 7 items reflecting "Doing Wrong." Factor 2 includes 7 items representing "Not Doing Right." The results of the current study are consistent with the original version of the scale. The original study also reported that the scale has a two-factor structure, with factor loadings varying within a certain range.

Furthermore, the fact that the factors in both analyses have similar eigenvalues suggests that the construct validity is consistently supported (Ein-Gar & Sagiv, 2014). These results indicate that the DSC Scale has a two-factor structure in both the current study and the original study, and that its construct validity is consistently supported. In the analyses conducted with demographic variables, it was observed that individuals experiencing economic difficulties and those with dieting experience had lower DSC Scale scores. This differentiation supports the scale's capacity to measure individual differences and environmental factors that influence self-control.

In this study, the fit of the items to the theoretical model was examined using the Multidimensional Scaling method for the DSC Scale. As a result of the analysis, it was determined that the model provides a good fit to the data. The stress value was found to be well below the acceptable threshold, and the Tucker's Coefficient of Congruence was calculated to indicate a high level of fit (Dugard et al., 2010). It was determined that the items in the scale are grouped into four distinct clusters on a two-dimensional plane, namely Doing Wrong (DWy and DWo) and Not Doing Right (DRy and DRo). However, the analysis revealed that the 7th item was loaded under the wrong factor, and this item was removed from the analysis. It was observed that the items are consistently clustered along the X and Y axes, with the X axis ranging from overriding to yielding. In the study by Ein-Gar and Sagiv (2014), the four-dimensional theoretical model of the DSC Scale was also analyzed using the Multidimensional Scaling method. As a result of the analysis, the Inconsistency Index was calculated as 0.069, indicating that the map successfully represents the scale items. The items were divided into four areas on the two axes: Doing Wrong (DW), Not Doing Right (NDR), Overcoming DW, and Overcoming NDR. The spatial distribution of the items revealed a structure that aligns with the theoretical model (Ein-Gar & Sagiv, 2014). These results show that the multidimensional structure of the DSC Scale is supported in both studies (Guttman, 1968). In addition, the results of the CFA applied to confirm the factor structure of the DSC Scale revealed that the model demonstrated acceptable fit (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2015). The analyses on the construct validity of the DSC Scale have shown that the scale can be used in both a two-factor and a four-factor structure.

In the current study, concurrent validity of the DSC Scale was assessed through correlations with BIS, BAS, BIS-11-SF, SRS, and CBS to test its criterion-related validity (Clark & Watson, 1995). The analyses conducted to evaluate the criterion-related validity of the DSC Scale revealed that the scale exhibits significant relationships with the criterion variables. The subscales of the DSC Scale demonstrated significant correlations with BIS in the expected direction. A weak negative relationship was found with DWo and a weak positive relationship with DRy. Significant positive correlations were found between the BAS-Reward subscale and DR and DRo, while weak to moderate correlations were observed between the BAS-Fun subscale and the DSC Scale and its subscales. These results indicate that BAS-Fun is associated with decreases in overriding Doing Wrong and Doing Right behaviors and increases in yielding behaviors. Similarly, behavioral variables such as economic problems and dieting experience showed significant relationships with the subscales of the DSC Scale. For example, individuals experiencing economic problems scored lower on the Doing Wrong and Not Doing Right dimensions, which indicates that real-life behaviors related to self-control are consistently measured by the scale. It was found that the BIS-11-SF exhibited a strong relationship with the DSC Scale, showing a positive significant relationship with the yielding subscales and a negative significant relationship with the overriding subscales. Additionally, it was found that the correlation between BIS-11-SF and Doing Wrong (DW) was stronger than the correlation with Not Doing Right (DR). In the analyses with SRS, it was found that the DSC Scale and its subscales exhibited moderate and expected relationships; negative correlations

were observed with the yielding subscales, while positive correlations were found with the overriding subscales. Finally, it was found that CBS exhibited a negative relationship with the DSC Scale, showing positive correlations with the yielding dimensions and negative correlations with the overriding dimensions. These findings support the criterion-related validity of the DSC Scale. In addition, the DSC Scale's significant relationships with individual experiences such as economic difficulties and dieting support the scale's applicability in different contexts and its capacity to measure individual differences. These results indicate that the scale is applicable both theoretically and practically.

In the original study, the criterion-related validity of the DSC Scale was evaluated through its relationships with different scales (Ein-Gar & Sagiv, 2014). The correlations between the DSC Scale and the Ego-Control, Ego-Resilience, BIS/BAS, Sensitivity Scale, and Sensation Seeking Scale were examined. A significant and positive relationship was found between the DSC Scale and Ego-Control. This result indicates that the DSC Scale is related to the ability to inhibit impulsivity, as expected. A weak correlation was found between the DSC Scale and Ego-Resilience, but this relationship lost its significance after applying the Bonferroni correction. In the relationships between the BIS/BAS system and the DSC Scale, a significant positive relationship was found between the Drive dimension of BAS and the DSC Scale, while a negative relationship was observed with the Fun Seeking dimension. However, no significant relationship was found between the DSC Scale and BIS. It was found that the DSC Scale exhibited a negative relationship with the Reward Responsiveness dimension of the Sensitivity Scale. In the results of the Sensation Seeking Scale, it was found that the DSC Scale showed negative relationships with all subscales of Sensation Seeking. For example, a significant relationship was found between the DSC Scale and the Thrill Seeking and Experience Seeking dimensions. These findings have shown that the DSC Scale generally exhibits significant correlations with the relevant constructs in the expected direction and strength. This supports the DSC Scale's capacity to measure both impulsivity and self-regulation skills. However, the weak relationships with certain constructs suggest that some dimensions of the scale may have a more limited scope of impact due to individual differences or conceptual limitations (Ein-Gar & Sagiv, 2014).

Reliability Analyses

In the current study, the Cronbach's alpha reliability coefficient was calculated to assess the internal consistency of the DSC Scale. There are various approaches to the classification of Cronbach's alpha coefficient. According to widely accepted values, the scale reliability is evaluated in four different levels. In cases where the scale is unreliable, the internal consistency coefficient is at the lowest level, while scales with low reliability show a coefficient closer to the medium level. Scales that are considered highly reliable generally have an internal consistency coefficient ranging from medium to high. Finally, scales with the highest level of reliability exhibit a strong internal consistency structure (Alpar, 2022; Tavşancıl, 2019). In this study, the internal consistency coefficient calculated for both the Doing Wrong and Not Doing Right subscales was found to be high. In addition, it was determined that the internal consistency coefficients of the DWy, DWo, DRy, and DRo subscales varied within an acceptable range. Finally, the internal consistency coefficient calculated for all the items of the scale showed a very high value. These findings indicate that the scale generally has a reliable structure. In the original study, the Cronbach's alpha reliability coefficient was calculated to evaluate the internal consistency of the DSC Scale. As a result of the analyses, it was determined that the reliability levels of the Doing Wrong and Not Doing Right subscales were high. Additionally, it was observed that the reliability coefficients of the items in these subscales, "resisting the given

impulse" and "yielding to the impulse," varied within an acceptable range. Finally, it was determined that the internal consistency coefficient calculated for all the items of the scale was at a high level. These findings support that the scale is generally a reliable measurement tool. These results indicate that the scale generally has high internal consistency and reliability across its subscales (Ein-Gar & Sagiv, 2014).

Limitations

This study makes an important contribution to evaluating the psychometric properties of the Turkish adaptation of the Dispositional Self-Control (DSC) Scale. However, the study has some limitations. The findings were obtained from a sample of young adults who were reached through social media and participated voluntarily. A large portion of the sample consisted of students and graduates of the psychology department. This may limit the generalizability of the results to the general population. In addition, only self-reported data were used in the study. The self-report method can be prone to biases and errors that may affect the accuracy of participants' responses. Therefore, the validity and reliability of the DSC Scale should be tested on larger, heterogeneous samples from different age groups in future studies. The low representation of specific groups, such as participants with a psychiatric history, in the study also limits the generalizability of the findings to these groups. Finally, intercultural validity or predictive validity was not assessed in this study. This limits the implementation of the DSC Scale in other cultures and contexts. In future research, examining the psychometric properties and long-term predictive validity of the DSC Scale in different cultures may strengthen the scale's international use. Studies conducted with an awareness of these limitations could help develop a more comprehensive understanding of the DSC Scale's validity and reliability characteristics.

Recommendations

The validity and reliability analyses of the scale were conducted, and the usability of the Turkish version as a comprehensive measurement tool for self-control was tested. The Dispositional Self-Control (DSC) Scale can be used as a practical tool to evaluate individuals' behavioral tendencies such as doing wrong and not doing right. The scale's short and easy-to-apply structure can help identify individuals' self-regulation skills and potential challenges, enabling the development of targeted interventions in these areas.

Studies conducted particularly in the young adult population, such as psychology department students and graduates, show that the DSC Scale can contribute to understanding self-regulation skills in various areas of life, such as academic success, financial management, and health behaviors. For example, assessments based on DSC Scale scores of individuals who have experienced overspending issues in the past can help effectively guide financial counseling and planning interventions. In the analysis of health-related behaviors such as adherence to diet programs and achieving target weight, the DSC Scale can also provide an important tool for understanding individuals' behavioral tendencies. Health and education professionals can use the DSC Scale as a reference when designing interventions to improve individuals' self-regulation and behavioral control skills. Additionally, the implementation of the DSC Scale in individuals with a psychiatric history can contribute to the early detection of key issues such as impulsiveness or self-regulation deficiencies. Such assessments can support the implementation of therapeutic approaches designed to enhance individuals' emotional and behavioral control skills. The DSC Scale can also be used in prospective studies to evaluate the long-term effectiveness of behavioral interventions and to

monitor the development of self-regulation skills. Reassessing the scale across different age groups, demographic characteristics, and cultural contexts can enhance the international validity and reliability of the DSC Scale. Such studies can enable the DSC Scale to gain wider use in understanding the behavioral tendencies of a diverse range of individuals and strengthen the impact of interventions aimed at improving quality of life.

Ethics Committee Approval: This study was approved by the Scientific Research and Publication Ethics Committee of Afyon Kocatepe University, Social and Humanities Sciences (Decision date: February 8, 2021; Number: 5727).

Author Contributions: All stages of the study were carried out by the author himself. Conceptualization, Data curation, Formal analysis, Methodology, Project administration, Supervision, Visualization, Writing - original draft, Writing - review & editing

Conflict of Interest: The author declares that there is no potential conflict of interest.

Benlik Kontrolüne Yatkınlık Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Atanur Akar^a 

^a Doktor Öğretim Üyesi, Nuh Naci Yazgan Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, atapsk@hotmail.com

ÖZET

Bu çalışma, Benlik Kontrolüne Yatkınlık Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamayı ve psikometrik özelliklerini değerlendirmeyi amaçlamıştır. BKYÖ, bireylerin iki tür cazibeye—Yanlış Yapma (YY) ve Doğruyu Yapmama (YY)—karşı koyma becerisini, eğilim ve üstesinden gelme boyutlarıyla ölçmektedir. Metodolojik bir tasarım kullanılan çalışmada, 18-65 yaş arası 337 katılımcıdan (yaş $\bar{x}$ =24.84, ss=6.81) veri toplanmıştır. Katılımcıların çoğunluğunu psikoloji öğrencisi veya mezunları (%74.5) oluşturmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, çeviri-geriye çeviri yöntemiyle gerçekleştirilmiş ve uzman görüşleri doğrultusunda revize edilmiştir. Ölçeğin yapısı Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Çok Boyutlu Ölçekleme (ÇBÖ) yöntemleriyle incelenmiştir. Güvenirlilik, iç tutarlılık katsayıları (Cronbach alfa) ve ilgili ölçeklerle olan korelasyonlarla değerlendirilmiştir. AFA, ölçeğin iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ve varyansın %39.66'sını açıkladığını göstermiştir. Maddeler, YY ve DYY altında gruplandırılmıştır. Çok boyutlu ölçekleme, ölçeğin dört boyutlu teorik modelini doğrulamış ve model uyum indeksleri (S-Stress = 0.01, Tucker'ın uyum katsayısı = 0.996) iyi bulunmuştur. Ölçeğin genel Cronbach alfa katsayısı 0.88, alt ölçeklerin alfa katsayıları ise 0.70 ile 0.80 arasında değişmiştir. Dürtüsellik, öz düzenleme ve davranışsal sistem ölçekleriyle olan korelasyonlar ölçeğin yapı geçerliliğini desteklemiştir. Ekonomik zorluklar yaşayan veya diyet hedeflerine ulaşamayan bireylerin DSC puanlarının daha düşük olması, ölçeğin duyarlılığını göstermiştir. BKYÖ'nün Türkçe uyarlaması, geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılabilir. Ölçek benlik kontrolü davranışlarını çeşitli bağlamlarda incelemek için kullanılabilir.

MAKALE BİLGİSİ

Makale Türü

Araştırma

Makale Geçmişi

Gönderim tarihi:

22.01.2025

Kabul tarihi:

04.03.2025

Anahtar Kelimeler

Benlik Kontrolü,
Geçerlik,
Güvenirlilik

Atıf Bilgisi: Akar, A. (2025). Benlik Kontrolüne Yatkınlık Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *International Journal of Turkish Education Sciences*, 13 (1), 379-411. <https://doi.org/10.46778/goputeb.1625316>

Sorumlu yazar: Atanur Akar, e-posta: atapsk@hotmail.com

Giriş

Benlik kontrolü, bireylerin anlık istek ve dürtülerine karşı koyarak uzun vadeli hedeflere ulaşmalarını sağlayan temel bir psikolojik süreçtir. Günlük hayatta sıkça karşılaşılan karar alma durumlarında, fazla bir dilim tatlı yemekten kaçınmak veya iş yükümlülükleri için sosyal aktiviteleri ertelemek gibi, benlik kontrolü hayati bir rol oynamaktadır (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). Bu özelliğin, iyi düzenlenmiş davranışların bir bileşeni olduğu ve uzun vadeli başarı ve refah için önemli bir etken olduğu, birçok araştırma tarafından ortaya konmuştur (Fishbach ve Shah, 2006; Hofmann ve diğerleri, 2009). Ancak, bu öneme rağmen, bireylerin benlik kontrolüne yatkınlığını değerlendirmek için kullanılan ölçüm araçlarının sınırlı olduğu görülmektedir (Maloney ve diğerleri, 2012).

Benlik kontrolü, geçmişte genellikle dürtü kontrolü (Metcalf ve Mischel, 1999), erteleme (Hofmann ve diğerleri, 2009), ödül geciktirme (Ariely ve Wertenbroch, 2002) ve hedefe yönelik davranışları sürdürme (Fudenberg ve Levine, 2006) gibi alt boyutlar üzerinden incelenmiştir. Ancak bu kavramın, iki temel insan motivasyonu olan zevke yaklaşma ve acıdan kaçınma ilkelerinden etkilendiği önerilmektedir (Higgins, 1997). Bu bağlamda, Yanlış Yapma (Doing Wrong, DW, YY) ve Doğruyu Yapmama (Not Doing Right, NDR, DY) olarak adlandırılan iki cazibeye direnme süreci, benlik kontrolünün kapsamlı bir şekilde anlaşılmasını sağlamaktadır (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). Yanlış yapma, bireyin kısa vadeli ödüllere odaklanarak uzun vadeli sonuçları göz ardı etmesi anlamına gelirken, doğruyu yapmama, gerekli bir görevi erteleyerek ya da yerine getirmekten kaçınarak uzun vadeli sonuçları riske atmasıdır. Bu iki boyut, benlik kontrolünü anlamak için tamamlayıcı bir çerçeve sunar (Ein-Gar ve Sagiv, 2014).

Literatürde yer alan mevcut ölçeklerin çoğu, genellikle YY ya da DY boyutlarından yalnızca birine odaklanmakta ve benlik kontrolünü bütüncül bir şekilde ele almakta yetersiz kalmaktadır. Örneğin, Kısa Benlik Kontrolü Ölçeği (Brief Self-Control Scale, BSCS) gibi ölçekler daha çok yanlış yapma eğilimine odaklanırken, ego kontrol ölçekleri (Ego-Control Scale) genellikle doğruyu yapmama boyutuna daha az vurgu yapmaktadır (Tangney ve diğerleri, 2004; Letzring ve diğerleri, 2005). Oysa bireyler, çoğu durumda her iki cazibeye aynı anda yüzleşir ve benlik kontrolünü tam anlamıyla gerçekleştirebilmek için her iki cazibeye de direnmek durumundadır. Bu bağlamda, Benlik Kontrolüne Yatkınlık Ölçeği (Dispositional Self-Control Scale, DSC, BKYÖ), YY ya da DY boyutlarını bir araya getirerek benlik kontrolünü daha bütüncül bir şekilde değerlendiren bir araç olarak öne çıkmaktadır (Ein-Gar ve Sagiv, 2014).

BKYÖ Ölçeği, çeşitli bağlamlarda kullanılabilen ve bireylerin benlik kontrolüne yatkınlığını ölçmek için geliştirilmiş kapsamlı bir araçtır (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve psikometrik özelliklerine ilişkin ilk çalışma Şimşir-Gökalp ve Koç (2022) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ancak, geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin daha güçlü ve genellenebilir sonuçlar verebilmesi için farklı örneklem üzerinde tekrarlanması önerilmektedir. Bu doğrultuda, mevcut çalışmada kriter geçerliği başta olmak üzere psikometrik özellikler birden fazla ölçme aracı kullanılarak farklı bir örneklem üzerinde yeniden incelenmiş, süreç boyunca orijinal ölçek yapısına bağlı kalmıştır. Bu yaklaşım, ölçeğin tutarlılığını ve geçerliliğini daha sağlam biçimde desteklemek ve literatüre daha güçlü kanıtlar sunabilmek amacıyla tercih edilmiştir. Bu durum, Türkçe konuşan bireylerin benlik kontrolüne ilişkin yatkınlıklarını ölçmeye yönelik bir araca olan ihtiyacı göstermektedir. Türkçe uyarlamanın yapılması, sadece bu alandaki akademik bilgi birikimini genişletmekle kalmayacak, aynı zamanda benlik kontrolü ile ilişkili bireysel ve toplumsal sorunların

anlaşılmasına da katkıda bulunacaktır. Bu çalışmanın amacı, Benlik Kontrolüne Yatkinlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasını yapmak ve ölçeğin psikometrik özelliklerini değerlendirmektir (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). Çalışma, Türkçe literatüre katkı sunmayı ve bu alandaki gelecekteki araştırmalara bir temel oluşturmayı amaçlamaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Tasarımı

Bu çalışma, ölçek uyarlama sürecini kapsayan metodolojik bir araştırma olup, kesitsel desen kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Katılımcılar

Sosyal medya üzerinden 361 katılımcıya ulaşılmış ancak hiçbir ölçeği doldurmayan veya dikkat kontrolü sorularına yanlış cevap veren katılımcıların veri setinden çıkartılmasıyla 337 katılımcıyla analizler yürütülmüştür. Katılımcıların çoğunu kadınlar oluşturmuş ($n = 304$; %90.2) ve tüm örneklemdeki yaşlar 18 ile 65 arasında değişmiştir ($\bar{x}=24.84$, $SS=6.81$). Katılımcıların çoğunluğu psikoloji bölümü öğrencisi ya da mezunu olduğunu belirtmiştir ($n = 251$; %74,5). Annelerinin eğitim düzeyine bakıldığında, %7,5'inin örgün eğitimi olmadığı, %26,5'inin ilkokul, %11,7'sinin ortaokul, %32,5'inin lise, %21,4'ünün üniversite ve %0,3'ünün lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Babalarının eğitim düzeyi ise %1,2'sinin örgün eğitimi olmadığı, %16,2'sinin ilkokul, %17,7'sinin ortaokul, %29,4'ünün lise, %31,2'sinin üniversite ve %4,2'sinin lisansüstü mezunu olduğu şeklinde dağılım göstermektedir. Katılımcıların %8,6'sı ($n = 29$) geçmişte bir psikiyatrik tanı aldığını belirtmiştir. Bu katılımcılar en yüksek sıklıkla dikkat eksikliği-hiperaktivite ($n = 4$; %13.8) ve panik atak ($n = 3$; %10.3) tanıları rapor etmiştir. Katılımcıların %22'si ($n = 74$) geçmişte aşırı harcamaları ile ilgili sorun yaşadıklarını belirtmiş ve bu katılımcıların %86,5'i ($n = 64$) yaşadıkları sorun nedeniyle arkadaşları ya da ailelerinden yardım almak zorunda kaldıklarını belirtmiştir. Katılımcıların %64,6'sı ise ($n = 217$) geçmişte diyet yaptıklarını belirtmiş ve bu katılımcıların %26,5'i ($n = 57$) diyet programına harfiyen uyduğunu, geri kalanlar ise diyeti programını esnettiklerini ($n = 101$; %47.0) ya da diyet programını yarıda bıraktıklarını ($n = 57$; %26.5) bildirmiştir. Katılımcılardan diyet programının sonucunu değerlendirmeleri istendiğinde ise %28,4'ü ($n = 61$) hedeflediği kiloya ulaştığını, %51,2'si ($n = 110$) hedefledikleri kiloya yaklaştıklarını, %20,5'i ise ($n = 44$) hedefledikleri kiloya ulaşamadıklarını belirtmiştir.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmada veri toplama süreci, çevrim içi olarak sosyal medya platformları aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ulaşmak için özellikle X (eski adıyla Twitter), Facebook, Instagram ve WhatsApp gibi geniş kullanıcı tabanına sahip platformlar tercih edilmiştir. Çalışma hakkında bilgilendirici bir duyuru hazırlanarak, ilgili platformlarda paylaşımlar yapılmış ve bireylerin çalışmaya katılımı teşvik edilmiştir. WhatsApp aracılığıyla ise, araştırma duyurusu çeşitli grup sohbetlerinde ve bireysel mesajlarla paylaşılmıştır. Duyuru metninde, çalışmanın amacı, katılım kriterleri ve gönüllü olma esasına dayandığı açıkça belirtilmiştir. Katılımcılar, paylaşılan bağlantı aracılığıyla çevrim içi anket formuna yönlendirilmişlerdir. Veri toplama süreci boyunca toplamda 361 kişi anketi açmış, ancak bazı katılımcılar ölçekleri eksik doldurduğu ya da dikkat kontrolü sorularına yanlış yanıt verdiği için 337 katılımcının verileri analizlerde kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan dikkat kontrolü soruları, katılımcının anketi rastgele veya özen göstermeden doldurmasını önlemek amacıyla tasarlanmıştır. Bu kapsamda, belirli maddeler içinde doğrudan

yanıtlanması gereken basit talimatlar eklenmiş ve bu sorulara yanlış yanıt veren katılımcılar veri setinden çıkarılmıştır. Bu süreç sonunda, nitelikli ve eksiksiz veri sağlayan 337 katılımcı ile analizler yürütülmüştür.

Araştırmanın Uygulanması

Ölçek, "çeviri-geriye çeviri" yöntemi kullanılarak iki bağımsız ve alanında uzman çevirmen tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Çeviri sürecinde, çevirmenlerin dilbilim, psikoloji ve ölçme-değerlendirme alanlarında uzman olmalarına dikkat edilmiştir. Çevirmenlerden biri dilbilim alanında, diğeri ise psikometri ve ölçme değerlendirme alanında doktora derecesine sahiptir. Çeviri sürecinin ardından, elde edilen versiyon bir dilbilim profesörü ve üç psikoloji alanında doktora derecesine sahip araştırmacı tarafından gözden geçirilerek ilk taslak oluşturulmuştur. Daha sonra, hazırlanan taslak ölçek, ana dili İngilizce olan iki bağımsız çevirmen tarafından tekrar orijinal diline çevrilmiş ve beş kişilik bir uzman paneline sunulmuştur. Uzman panelinde, psikometri, psikoloji ve ölçme-değerlendirme alanlarında uzman kişiler yer almıştır. Panel üyelerinin ikisi psikoloji alanında doktora derecesine sahip öğretim üyesi, biri ölçme-değerlendirme alanında doktora yapmış bir öğretim üyesi, biri dilbilim alanında doktora derecesine sahip bir uzman, diğeri ise uygulamalı psikometri alanında çalışan bir öğretim üyesidir. Uzmanlardan elde edilen görüşler sonrasında kapsam geçerlik indeksi 0.94 olarak hesaplanmıştır. Uzmanlardan alınan geri bildirimlerle ölçek maddeleri revize edilmiş ve pilot uygulama yapılmıştır (International Test Commission (Uluslararası Test Komisyonu), 2018; World Health Organization (WHO) (Dünya Sağlık Örgütü), 2020). Pilot çalışmaya katılan 50 katılımcının ölçeği anlaşılır bulması sonucunda nihai versiyon onaylanmıştır. Nihai çalışma, sosyal medya üzerinden 361 katılımcıya uygulanmıştır.

Ölçme Araçları

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların sosyodemografik özelliklerden oluşan sorulardan oluşmaktadır. Form, literatür doğrultusunda araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur (Maloney ve diğerleri, 2012; Lindner ve diğerleri, 2015).

Benlik Kontrolüne Yatkinlık Ölçeği (Dispositional Self-Control Scale - BKYÖ): Ein-Gar ve Sagiv (2014) tarafından geliştirilen ölçek, Yanlış Yapma (YY: Doing Wrong - DR) ve Doğruyu Yapmama (DY: Not Doing Right - NDR) şeklindeki iki tür cezbedicinin (temptation) üstesinden gelme yatkinliğini ölçmektedir. YY, kişinin amaçlarına uygun olmayan, dürtüsel ve kısa vadede doyum sağlayan, ancak uzun vadedeki amaçlara ulaşmayı engelleyen eylemlere yönelmeye karşılık gelmektedir. DY ise, yine kişinin amacına uygun olan bir görevi yerine getirmeyi uzun vadeli sonuçlarını dikkate almaksızın geciktirmeye karşılık gelmektedir. Ölçek bu iki boyutu eğilim gösterme (yielding) ve üstesinden gelme (overriding) açılarından ölçmektedir. Böylece, ölçekten Yanlış Yapmaya Eğilim Gösterme (YY-EG: yielding DW – YDW), Yanlış Yapmanın Üstesinden Gelme (YY-ÜG: overriding DW - ODW), Doğruyu Yapmamaya Eğilim Gösterme (DY-EG: yielding NDR - YNDR) ve Doğruyu Yapmanın Üstesinden Gelme (DY-ÜG: overriding NDR – ONDR) olmak üzere dört alt ölçek puanı da hesaplanabilmektedir. Ein-Gar ve Sagiv (2014), dört alt ölçeğin iç tutarlılıklarının (alfa) sırasıyla .80, .70, .86 ve .81 olduğunu bildirmiştir. Meyil etme maddelerinin ters çevrilmesiyle hesaplanan YY ve DY genel indeksleri için ise iç tutarlılık katsayılarını ise sırasıyla .82 ve .88 olarak bildirmiştir. Tüm ölçeğin ise iç tutarlılığını .89, bir yıl arayla ölçülen test – tekrar test güvenilirliğinin ise .73 olduğunu bildirmiştir.

Davranışsal İnhibisyon Sistemi/Davranışsal Aktivasyon Sistemi Ölçeği (DIS/DAS): Carver ve White (1994) tarafından geliştirilen 24 maddelik 4'lü Likert tipi ölçek içerisindeki 7 madde davranışsal

inhibisyon sistemini, geri kalan maddeler ise davranışsal aktivasyon sisteminin alt boyutları olan eğlence arayışı (4 madde), ödüle duyarlılık (5 madde) ve dürtüyü (4 madde) ölçmektedir. Ölçek içindeki 4 madde ise dolgu maddesidir. Ölçek, Şişman (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Uyarlama çalışmasında ölçeğin beklenildiği şekilde dört faktörlü bir yapı sergilediği, alt ölçeklerin iç tutarlılıklarının .57 ile .69, zamanda tutarlılığının ise .58 ile .80 arasında değiştiği raporlanmıştır. Yürütülen bu çalışmada ise alt ölçeklerin iç tutarlılıklarının .67 ile .74 arasında değiştiği gözlenmiştir.

Barratt Dürtüsellik Ölçeği - 11 Kısa Formu (BIS-11-KF): Barrat (1959) tarafından geliştirilen ölçeğin 11. versiyonu Patton ve diğerleri (1995) tarafından düzenlenmiştir. Otuz maddelik ölçek Güleç ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. On beş maddeden oluşan BIS-11-KF ise Türkçe versiyonun Tamam, Güleç ve Karataş (2013) tarafından kısaltılmasıyla oluşturulmuştur. Dörtlü Likert tipinde olan ölçek Plan Yapmama, Motor Dürtüsellik ve Dikkat Dürtüsellliği olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Uyarlama çalışmasında alt ölçeklerin alfa katsayılarının sırasıyla .80, .70 ve .64 olduğu ve tüm ölçek için alfa katsayısının .82 olarak hesaplandığı raporlanmıştır. Bu çalışmada, alfa katsayılarının sırasıyla .74, .58 ve .78 olduğu, tüm ölçek için ise alfa iç tutarlılık katsayısının .84 olarak hesaplandığı görülmüştür.

Öz Düzenleme Ölçeği (ÖDÖ): Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen ölçek Duyan ve diğerleri (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Tek boyutlu olarak geliştirilen ÖDÖ'nün Türkçe uyarlama çalışmasında toplan varyansın %29.91'ini açıklayan üç alt boyut gözlemlendiği bildirilmiştir. Yaşantısal, yenileyici ve onarıcı öz denetim olarak adlandırılan faktörlerin iç tutarlılıklarının sırasıyla .84, .76 ve .73 olduğu, tüm ölçek için ise iç tutarlılığın .81 olduğu raporlanmıştır. Bu çalışmada ÖDÖ'nün alt boyutlarının sırasıyla iç tutarlılıklarının .72, .81, ve .78, tüm ölçek için ise iç tutarlılığın .84 olduğu görülmüştür.

Zorlantılı Satınalma Ölçeği (ZSÖ): Valence, d'Astous ve Fortier (1988) tarafından geliştirilen ölçek Yüncü ve Kesebir (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Orijinali tek faktörlü olarak geliştirilen 12 maddelik 5'li Likert tipindeki ölçeğin Türkçe adaptasyon çalışmasında üç faktörlü bir yapı sergilediği belirtilmiştir. Harcama eğilimi, reaktif satın alma ve suçluluk olarak adlandırılan bu faktörlerin iç tutarlılıklarının sırasıyla .72, .93 ve .81, tüm ölçeğin iç tutarlılığının ise .80 olduğu bildirilmiştir. Bu çalışmada, alt ölçeklerin iç tutarlılıklarının sırasıyla .85, .90 ve .64, tüm ölçeğin ise .92 olarak hesaplanmıştır.

Etik Konular

Bu çalışma, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından onaylanmıştır (Karar tarihi: 8 Şubat 2021; Sayı: 5727). Veriler çevrimiçi ortamlar aracılığıyla toplandığı için kurum izni alınmamıştır. Çalışmada gönüllülük esası temel alınmış ve katılımcıların anonimlik ile gizlilik hakları titizlikle korunmuştur. Katılımcılar çalışmanın amacı ve süreçleri hakkında bilgilendirilmiş; kendilerinden sözlü ve yazılı onay alınmıştır. Çalışma, Helsinki Bildirgesi'nde belirtilen etik ilkelere uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlaması için geliştiren yazardan izin alınmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 25.0 ile gerçekleştirilmiştir. BKYÖ'nün yapı geçerliliğini incelemek için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulanmış, Principal Axis Factoring yöntemi ve Promax döndürmesi kullanılarak faktör yapısı değerlendirilmiştir. Bunun yanı sıra, Çok Boyutlu Ölçekleme (Multidimensional Scaling - MDS) yöntemiyle ölçeğin boyutları görselleştirilmiş ve model uyumu,

Stres değeri ve Tucker'ın Uyuşum Katsayısı ile değerlendirilmiştir. Ölçeğin faktör yapısını doğrulamak amacıyla Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. DFA kapsamında, Ki-kare/Serbestlik Derecesi (χ^2 / df), Standardize Kök Ortalama Karekare Hata (SRMR), Yaklaşık Hata Karelerinin Kök Ortalama Karekökü (RMSEA), Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi (AGFI), Uyum İyiliği İndeksi (GFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Artımsal Uyum İndeksi (IFI) ve Tucker Lewis İndeksi (TLI) değerleri incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirliği, Cronbach's alfa katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliliği ise DIS/DAS, BIS-11-KF, ÖDÖ ve ZSÖ ile olan korelasyonlar üzerinden değerlendirilmiştir. Ayrıca, demografik değişkenler açısından farklılaşma analizleri yapılmış; harcama problemleri, diyet yapma deneyimi ve diyet sonuçlarının BKYÖ puanları üzerindeki etkileri bağımsız örneklem t-testi ve z testi ile analiz edilmiştir.

Bulgular

BKYÖ'nün Yapı Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek için Promax döndürmesi ile Principal Axis Factoring analizi ve çok boyutlu ölçekleme (Multidimensional Scaling) yöntemleri kullanılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi bulguları örneklemdaki katılımcı sayısının ve ölçek maddeleri arasındaki korelasyonların faktör analizi için yeterli olduğunu göstermiştir ($KMO = .89$; $\chi^2 (136)=2019.94$, $p<.001$). Özdeğeri 1'den büyük olan iki faktör toplam varyansın %40.71'ini açıklamıştır. Genel olarak incelendiğinde, Yanlış Yapma ile ilgili faktörlerdeki (YYm ve YYü) maddelerin ve Doğruyu Yapmama (DYm ve DYü) ile ilgili faktörlerdeki maddelerin bir araya toplanarak iki faktörlü bir yapıya işaret ettiği, DYü ile ilgili 7. maddenin ise Yanlış Yapma ile ilgili faktörlerin altında yer aldığı görülmüştür. Scree Plot ve maddelerin faktörlere dağılımı incelendiğinde analize 2 faktörlü bir çözümlemeyle devam edilmesine karar verilmiştir. Yürütülen iki faktörlü çözümlemenin toplam varyansın %39.89'unu açıkladığı, öz değeri 4.60 olan birinci faktörün altında Yanlış Yapma ile ilgili maddelerin ile birlikte YYü ile ilgili 7. maddenin yer aldığı, Doğruyu Yapmama ile ilgili geri kalan maddelerin ise öz değeri 4.27 olan ikinci faktörde toplandığı görülmüştür. Yanlış faktör altında yüklenen 7 maddenin analizlerden çıkartılmasıyla tekrar yürütülen analizde iki faktörlü çözümlemenin toplam varyansın %39.66'sını açıkladığı, öz değeri 4.88 olan birinci faktör altında Yanlış Yapma ile ilgili maddelerin, öz değeri 1.46 olan ikinci faktör altında ise Doğruyu Yapma ile ilgili maddelerin toplandığı görülmüştür (Tablo 1). Düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ölçek içindeki tüm maddelerin BKYÖ ile korelasyonun .40 ile .59 arasında ($Mdn. = .52$) değiştiğini göstermiştir. Alt ölçekler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, Yanlış Yapma ve Doğruyu Yapmamanın kendi alt ölçekleri arasında yüksek korelasyonlar olduğu gözlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 1

BKYÖ Açımlayıcı Faktör Analizine Yönelik Bulgular

Maddeler	Yanlış Yapma	Doğruyu Yapmama	Madde Toplam Korelasyon
İnsanlar sık sık enine boyuna düşünmeden karar verdiğimi söylerler.*	0.70	-0.03	0.55
Çoğu zaman bütün alternatifleri eğrisiyle doğrusuyla düşünmeden harekete geçerim.*	0.70	-0.02	0.55
Sık sık spontane ve biraz aceleci kararlar veririm.*	0.69	0.04	0.59
Düşünmeden dürtüsel bir şekilde harekete geçmem çok nadirdir.	0.65	0.01	0.54
Stres altındayken bile verdiğim bütün kararlar dikkatli bir şekilde düşünülmüş ve hesaplanmış olur.	0.57	-0.03	0.44
Başıma heyecan verici bir şey geldiğinde bile duygularım tarafından sürüklenmem ya da düşünmeden harekete geçmem.	0.56	-0.05	0.41
Birçok şeyi o an aklıma geldiği şekilde yaparım.*	0.55	-0.06	0.40
Bir şey beni cezbedtiğinde genellikle kendimi tutmayı başarırım.	0.43	0.17	0.49
Cezbedici şeylerin etkisinden kurtulmayı başarırım.	0.38	0.21	0.49
Can sıkıcı olsalar dahi bana verilen görevleri/ödevleri hemen bitirme eğiliminde olurum.	-0.16	0.80	0.49
Yoğun olsam bile halledilmesi gereken bir işi asla geciktirmem.	-0.08	0.74	0.51
Bazen yapmak zorunda olduğum işleri artık çok geç olana kadar ertelerim.*	0.00	0.70	0.55
Canım istemiyor olsa bile işlerimi zamanında bitirmek benim için önemlidir.	0.01	0.68	0.54
Keyifsiz işleri tamamlamayı erteleme eğiliminde olurum.*	0.12	0.54	0.54
Aşırı yoğun ve çok fazla baskı altında olduğumda dahi insanlar çalışma takvimime sadık kalacağım konusunda bana güvenebilir.	0.18	0.53	0.57
Çevremdekilerin verdiği günlük işleri (Örn. getir-götür işleri ya da alışveriş yapmak) son ana kadar geciktiririm.*	0.05	0.49	0.43
Özdeğer	4.88	1.46	
Açıklanan Varyans %	30.50	9.16	

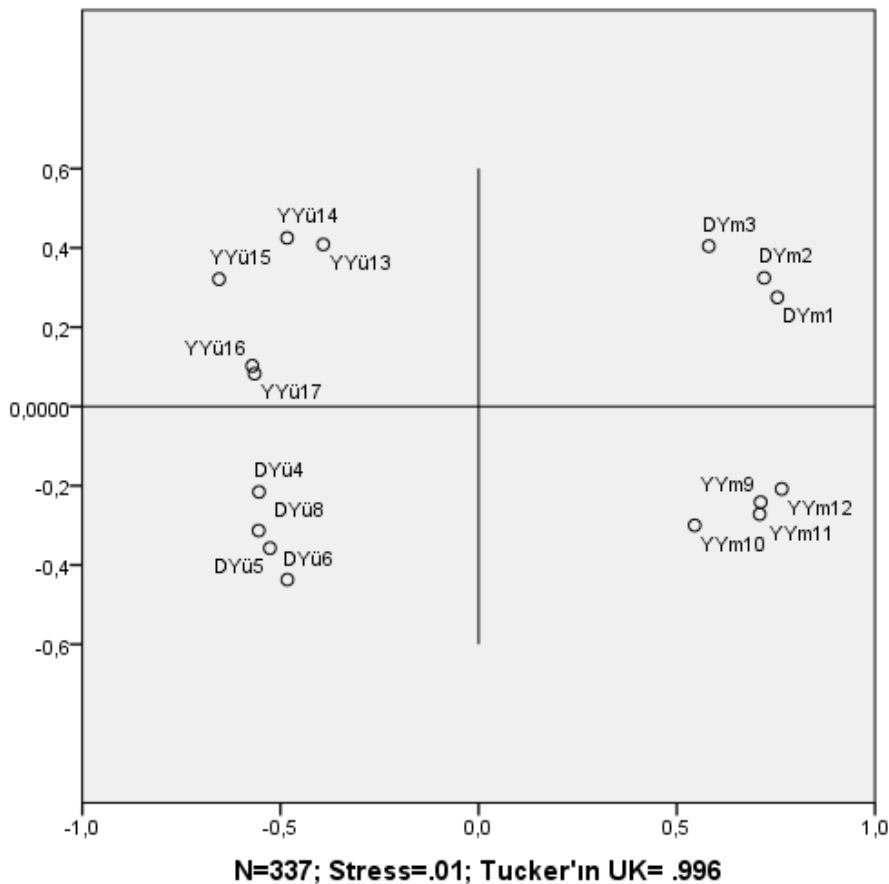
Not: Meyil Etme ile ilgili maddeler ters çevrilmiştir.

Açımlayıcı faktör analizleri iki faktörlü bir yapı önermiş olmakla birlikte Ein-Gar ve Sagiv'in (2014) önerisi doğrultusunda çok boyutlu ölçekleme yöntemi kullanılarak dört faktörlü yapı test edilmiştir. Çok boyutlu ölçekleme yönteminde, uyaranlara verilen tepkiler arasındaki benzerlikler

(proximities) kullanılarak bu tepkileri en iyi şekilde resmedecek boyutlar hesaplanmaktadır. Bu açıdan faktör analizine benzeyen yöntem, özellikle ilgili ölçümler arasında yüksek korelasyonlar gözlemlendiğinde önerilmektedir. Ayrıca, çok boyutlu ölçekleme yönteminde kuramsal modele verilerin uyumu da incelenebildiğinden dolayı doğrulayıcı bir yöntem olarak da kabul edilmektedir (Ding, 2018). PROXSCAL ile yürütülen analizde yanlış faktör altında yüklenen 7. madde çıkarılmış ve 2X2'lik iki boyutlu kuramsal model için mesafeler z standardizasyonu yapılarak Öklid uzaklığı ile hesaplanmıştır. Yürütülen analiz sonucunda elde edilen modelin veriye uyumu standardize edilmiş Stres (S-Stress) değeri ve Tucker'ın uyum katsayısı (Tucker's Coefficient of Congruence) hesaplanarak belirlenmiştir. Dugard ve diğerleri (2010) stres değerinin .15'ten küçük olmasının ve Tucker'ın uyum katsayısının 1.00'a yakın olmasının iyi uyuma işaret ettiğini belirtmiştir. Analiz sonucunda stres değerinin .01 olduğu ve Tucker'ın uyum katsayısının .996 olduğu görülmüştür. Şekil 1'de görüldüğü gibi, YYm, YYü, DYm ve DYü maddeleri iki boyut üzerindeki dört farklı kümede toplanmıştır. Ein-Gar ve Sagiv'in (2014) bulguları ile karşılaştırıldığında ölçek maddelerinin X ve Y eksenlerinde kümelenmelerinin aynı olduğu, X ekseninin üstesinden gelmeden meyil etmeye doğru olduğu gözlenmiştir.

Şekil 1

BKYÖ'nin Dört Boyutuna Yönelik Çok Boyutlu Ölçekleme Analizi Bulguları



BKYÖ'nün faktör yapısını doğrulamak amacıyla DFA uygulanmış olup, path diyagramı Şekil 1'de, uyum indeksleri ise Tablo 2'de sunulmuştur. Buna göre, BKYÖ'nün uyum indeksleri; $\chi^2/df = 2.001$; SRMR = 0.050; RMSEA = 0.055; GFI = 0.997; CFI = 0.944; IFI = 0.945; TLI = 0.931 olarak bulunmuştur (Tablo 2). Analiz esnasında 16. ve 17. maddenin hataları anlam bakımından benzer maddeler olduğu

için korele edilmiştir.

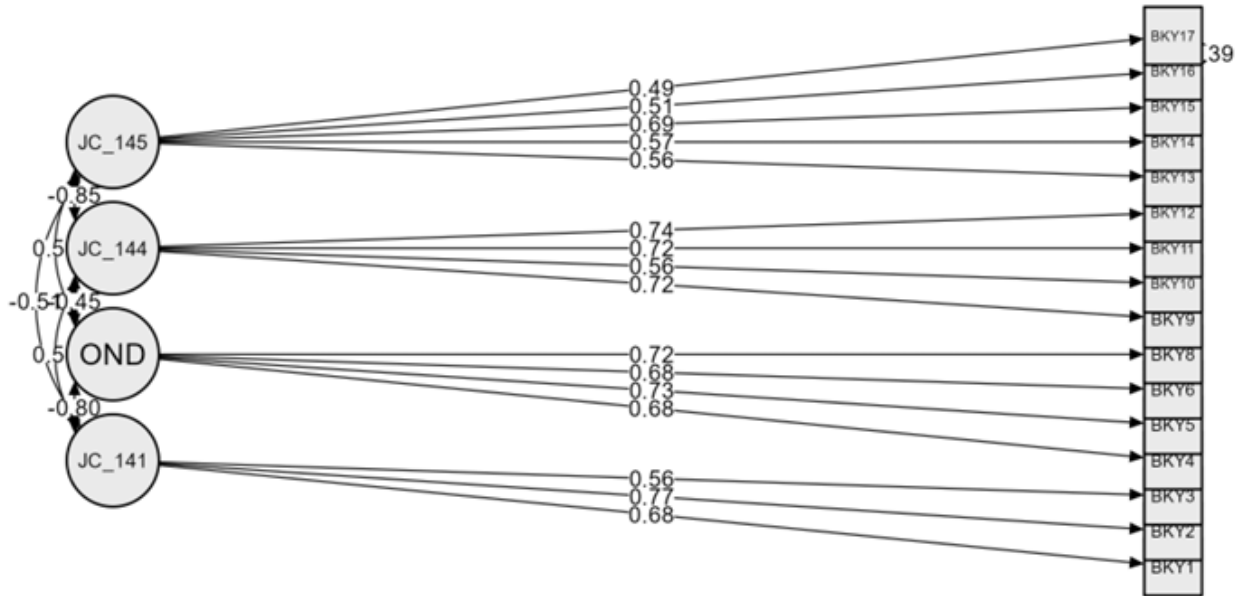
Tablo 2

Uyum İyiliği İndeksleri

Uyum İndeksi	Mükemmel uyum	Kabul edilebilir uyum	Gözlenen değer
χ^2 / df	$0 \leq \chi^2/df \leq 3$	$3 \leq \chi^2/df \leq 4$	194.106 / 97 = 2.001
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.1$	0.050
RMSEA	$0 < RMSEA < 0.05$	$0.05 < RMSEA < 0.08$	0.055
GFI	$0.95 \leq GFI \leq 1$	$0.80 \leq GFI \leq 0.90$	0.997
CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1$	$0.90 \leq CFI \leq 0.95$	0.944
IFI	$0.95 \leq IFI \leq 1$	$0.90 \leq IFI \leq 0.95$	0.945
TLI	$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.931

Şekil 2

Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



JC_141 = Doğruyu Yapmamaya Eğilim Gösterme, OND = Doğruyu Yapmamanın Üstesinden Gelme, JC_144 = Yanlış Yapmaya Eğilim Gösterme, JC_145 = Yanlış Yapmanın Üstesinden Gelme

BKYÖ'nin Güvenilirliğine İlişkin Bulgular

BKYÖ'nin yapı geçerliliğine yönelik analizler, ölçeğin hem iki faktörlü hem de dört faktörlü olarak kullanılabileceğini göstermiştir. Yanlış Yapma ve Doğruyu Yapmama şeklindeki alt ölçeklerin her ikisi için de alfa katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır. YYm, YYü, DYm ve DYü alt ölçeklerinin güvenilirlikleri ise .70 ile .80 arasında değişmiştir. Son olarak, tüm ölçeğin iç tutarlılığı ise .88 olarak hesaplanmıştır (Tablo 3).

Tablo 3

BKYÖ ve Alt Ölçeklerinin Güvenirlikleri ve Aralarındaki Korelasyonlar

Değişkenler	Ort	SS	Alfa	BKYÖ	YY	DY	YYm	Yyü	DYm
BKYÖ	3.42	.60	.87						
YY	3.46	.64	.83	.87					
DY	3.51	.74	.83	.84	.47				
YY-EG	2.41	.79	.78	-.77	-.89	-.40			
YY-ÜG	3.36	.65	.72	.79	.90	.44	-.61		
DYm	2.78	.88	.70	-.75	-.43	-.87	.39	-.38	
DYü	3.73	.79	.80	.76	.42	.92	-.34	.40	-.61

Not: YY ve DY hesaplanırken meyil etme maddeleri ters çevrilmiştir.

BKYÖ'nün Demografik Değişkenlerle İlişkisi

BKYÖ ve alt ölçeklerinin benlik kontrolü ile ilgili olduğu düşünülen aşırı harcamalardan dolayı ekonomik sorun yaşama, diyet yapma ve internet kullanımı ile ilişkileri incelenmiştir. Geçmişte yaptığı aşırı harcamalardan dolayı ekonomik problem yaşadığını belirtenler BKYÖ toplam puanı ve YY ile DY alt ölçeklerinde daha düşük puanlar almıştır (Tablo 4). Meyil etme ve üstesinden gelme açısından bakıldığında ise harcama problemi yaşamış olanlar yanlış yapmaya ve doğruyu yapmamaya daha fazla meyil ettiğini belirtirken, böyle bir problem yaşamamış olanlar ise yanlış yapma ve doğruyu yapmamanın daha fazla üstesinden geldiğini belirtmiştir.

Diyet açısından bakıldığında diyet yapmayı denemiş olanların yanlış yapmanın üstesinden gelme puanlarının denemeyenlerden düşük olduğu, bunun dışındaki farklılaşmaların anlamlı olmadığı görülmüştür. Geçmişte diyet yapmayı denemiş olanların deneyimleri incelendiğinde ise diyetle uyanlar ve yarıda bırakanların doğruyu yapmama açısından farklılaştığı, diyeti yarıda bırakanların doğruyu yapmamaya daha fazla meyil edip daha az üstesinden geldiği görülmüştür. Diyetin sonucu açısından bakıldığında ise hedeflediği kiloya ulaşanların BKYÖ toplam puanının, doğruyu yapma ve yanlış yapmama puanlarının daha yüksek olduğu, yanlış yapmanın üstesinden gelme, doğruyu yapmamanın üstesinden gelme açısından daha yüksek puan aldıkları ve doğruyu yapmamaya meyil etmelerinin daha az olduğu görülmüştür.

Tablo 4

Demografik Değişkenler Açısından Benlik Kontrolüne Yatkınlık Açısından Farklılaşmalar

Değişkenler	BKYÖ		YY		DY		YY-EG		YY-ÜG		DY-EG		DY-ÜG	
	Ort	SS	Ort	SS	Ort	SS	Ort	SS	Ort	SS	Ort	SS	Ort	SS
Harcama Problem														
Yok (262)	3.56	0.55	3.52	0.61	3.60	0.69	2.34	0.75	3.41	0.63	2.68	0.81	3.81	0.73
Var (74)	3.22	0.64	3.25	0.68	3.19	0.84	2.66	0.86	3.18	0.69	3.15	0.99	3.45	0.94
z	-3.97**		-3.19**		-3.76**		2.85**		-2.48**		3.78**		-2.82**	
Diyet Denemesi														
Yok (119)	3.54	0.55	3.56	0.56	3.53	0.74	2.34	0.71	3.48	0.56	2.76	0.87	3.74	0.75
Var (217)	3.45	0.60	3.40	0.67	3.50	0.75	2.45	0.82	3.29	0.68	2.79	0.88	3.72	0.82
z	-1.18		-1.91 ^t		-0.19		-0.75		-2.45**		-0.14		-0.27	
Diyet Deneyimi														
Tamamladı (57)	3.53	0.68	3.40	0.72	3.69	0.79	2.48	0.91	3.31	0.70	2.67	0.97	3.96	0.76
Yarıda Bıraktı (57)	3.31	0.59	3.32	0.65	3.29	0.75	2.51	0.82	3.18	0.69	3.03	0.90	3.53	0.82
t	1.86 ^t		0.65		2.75**		-0.16		1.00		-2.02*		2.91**	
Diyet Sonuç														
Hedefe Ulaştı (60)	3.56	0.59	3.51	0.62	3.64	0.75	2.32	0.79	3.36	0.61	2.59	0.79	3.81	0.80
Hedefe Ulaşamadı (42)	3.23	0.65	3.21	0.69	3.26	0.79	2.64	0.88	3.10	0.69	2.94	0.88	3.41	0.87
t	2.68**		2.24*		2.47*		-1.97 ^t		2.03*		-2.13*		2.37*	

Not: YY ve DY hesaplanırken meyil etme maddeleri ters çevrilmiştir. * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

BKYÖ'nün Kriter Değişkenlerle İlişkisi

BKYÖ ve alt ölçeklerinin DİS ile ilişkisi incelendiğinde YYü ile negatif, DYm ile ise pozitif yöndeki zayıf ilişkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. DAS-Ödül ile ise DY ve DYü arasında pozitif yönde anlamlı korelasyonlar gözlenmiştir. DAS-Eğlence ile BKYÖ ve alt ölçekleri arasında zayıf ve orta güçteki korelasyonların anlamlı olduğu görülmüştür. Söz konusu korelasyonlar, DAS-Eğlence'nin YY ve DY'nin üstesinden gelmedeki azalış ve meyil etmedeki artışla ilişkili olduğunu göstermiştir. DAS-Dürtü ile DYü arasındaki pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki olduğu, diğer BKY ölçümleri ile ilişkilerin anlamlı olmadığı belirlenmiştir (Tablo 5).

Dürtüsellik ile ilgili olan BIS-11-KF ise BKY'deki azalma ile güçlü ilişkisi olduğu gözlenmiştir. Beklenildiği gibi BIS-11-KF ölçümlerinin meyil etme ile pozitif, üstesinden gelme ile ise negatif yönde anlamlı ilişkileri olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, BIS-11-KF'nin BKYÖ'nün dürtüsellikle ilgili olan YY alt ölçeği ile olan korelasyonun DY ile ilgili alt ölçeği ile olan korelasyonundan anlamlı şekilde daha güçlü olduğu bulunmuştur ($z = -6.26, p < .001$). ÖDÖ ile korelasyonlar incelendiğinde ise BKYÖ ve alt ölçekleriyle beklendiği yöndeki orta güçlülükteki ilişkilerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Genel olarak bakıldığında BKY ile ÖDÖ'nin birlikte artış gösterdiği, ÖDÖ ölçümlerinin meyil etme ile negatif, üstesinden gelme ile ise pozitif korelasyon gösterdiği bulunmuştur. Son olarak, ZSÖ'deki artışın BKY'deki azalma ile ilişkili olduğu, meyil etme ile ZSÖ puanlarının pozitif, üstesinden gelmenin ise negatif ilişki gösterdiği bulunmuştur (Tablo 5).

Tablo 5

BKYÖ ve Alt Ölçeklerinin Kriter Değişkenlerle İlişkisi

Değişkenler	BKYÖ	YY	DY	YYm	YYü	DYm	DYü
DİS	-.10	-.10	-.08	-.01	-.18***	.12*	-.03
DAS.Ödül	.12*	.03	.18***	-.07	-.01	-.10	.22***
DAS.Eğlence	-.41***	-.49***	-.20***	.50***	-.38***	.23***	-.14*
DAS.Dürtü	.00	-.07	.09	.13*	.01	-.01	.13*
BIS-11-KF	-.72***	-.74***	-.48***	.73***	-.59***	.44***	-.42***
ÖDÖ	.53***	.47***	.44***	-.38***	.46***	-.39***	.39***
ZSÖ	-.44***	-.44***	-.30***	.44***	-.36***	.31***	-.23***

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Tartışma

BKYÖ, bireylerin benlik kontrolüne yönelik yatkınlıklarını değerlendirmek amacıyla Ein-Gar ve Sagiv (2014) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Günümüzde, bireylerin davranışlarını kontrol etme ve uzun vadeli hedeflerine ulaşma kapasitelerini anlamaya yönelik ölçüm araçlarına duyulan ihtiyaç giderek artmaktadır. Bu bağlamda, BKYÖ'nün farklı kültürel bağlamlarda geçerliliği ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi önem arz etmektedir. Bu çalışma, BKYÖ'nün Türkçe versiyonunun psikometrik özelliklerini incelemek ve ölçeğin yerel bağlamda kullanımını desteklemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonuçları ölçeğin yapı geçerliliği ve faktör yapısı olmak üzere iki ana başlık altında tartışılmıştır.

Günümüzde, bireylerin davranışlarını kontrol etme ve uzun vadeli hedeflerine ulaşma kapasitelerini anlamaya yönelik ölçüm araçlarına duyulan ihtiyaç giderek artmaktadır. Bu bağlamda, BKYÖ'nün farklı kültürel bağlamlarda geçerliliği ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi önem arz etmektedir. Bu çalışma, BKYÖ'nün Türkçe versiyonunun psikometrik özelliklerini incelemek ve ölçeğin yerel bağlamda kullanımını desteklemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonuçları ölçeğin yapı geçerliliği ve faktör yapısı olmak üzere iki ana başlık altında tartışılmıştır.

Geçerlik Analizleri

Bu çalışmada, BKYÖ'nün yapı geçerliliğini incelemek için AFA uygulanmıştır. AFA sonuçlarına göre, ölçeğin iki faktörlü bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Faktör 1, "Yanlış Yapma"yı yansıtan 7 maddeden oluşmaktadır. Faktör 2, "Doğruyu Yapmama"yı temsil eden 7 maddeyi içermektedir. Mevcut çalışmanın sonuçları, ölçeğin orijinal versiyonuyla da tutarlılık göstermektedir. Orijinal çalışmada da ölçeğin iki faktörlü bir yapıya sahip olduğu ve faktör yüklerinin belirli bir aralıkta değiştiği bildirilmiştir. Ayrıca, faktörlerin her iki çalışmada da benzer öz değerlere sahip olması, yapı geçerliliğinin tutarlı bir şekilde desteklendiğini ortaya koymaktadır (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). Bu sonuçlar, BKYÖ'nün hem mevcut çalışmada hem de orijinal çalışmada iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ve yapı geçerliliğinin tutarlı bir şekilde desteklendiğini göstermektedir. Demografik değişkenlerle yapılan analizlerde, ekonomik zorluk yaşayan ve diyet deneyimi olan bireylerin BKYÖ puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Bu farklılaşma, ölçeğin bireysel farklılıkları ve benlik kontrolünü etkileyen çevresel faktörleri ölçme kapasitesini desteklemektedir.

Bu çalışmada, BKYÖ için Çok Boyutlu Ölçekleme yöntemi kullanılarak maddelerin kuramsal modele uyumu incelenmiştir. Analiz sonucunda, modelin veriye oldukça iyi bir uyum sağladığı

belirlenmiştir. Stres değeri kabul edilebilir eşik değerinin oldukça altında çıkmış, Tucker'ın Uyuşum Katsayısı ise yüksek bir uyum gösterecek şekilde hesaplanmıştır (Dugard ve diğerleri, 2010). Ölçekteki maddelerin Yanlış Yapma (YYm ve YYü) ve Doğruyu Yapmama (DYm ve DYü) olmak üzere iki boyutlu bir düzlemde dört farklı kümede toplandığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, analizde 7. maddenin yanlış faktör altında yüklendiği görülmüş ve bu madde analizden çıkarılmıştır. Maddelerin X ve Y eksenlerinde düzenli bir şekilde kümелendiği ve X ekseninin üstesinden gelmeden meyil etmeye doğru olduğu gözlenmiştir. Ein-Gar ve Sagiv'in (2014) çalışmasında da, BKYÖ'nün dört boyutlu kuramsal modeli Çok Boyutlu Ölçkleme yöntemi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda Uyumsuzluk Katsayısı 0.069 olarak hesaplanmış, bu da haritanın ölçek maddelerini temsil etmede başarılı olduğunu göstermiştir. Maddeler, iki eksen üzerinde Yanlış Yapma (DW), Doğruyu Yapmama (NDR), DW davranışlarını yenme (Overcoming DW) ve NDR davranışlarını yenme (Overcoming NDR) olmak üzere dört bölgeye ayrılmıştır. Maddelerin mekânsal dağılımı, kuramsal modele uygun bir yapıyı ortaya koymuştur (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). Bu sonuçlar, her iki çalışma da BKYÖ'nün çok boyutlu yapısının desteklendiğini göstermektedir (Guttman, 1968). Bunun yanı sıra, BKYÖ'nün faktör yapısını doğrulamak uygulanan DFA sonuçları modelin kabul edilebilir uyum gösterdiğini ortaya koymuştur (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2015). BKYÖ'nin yapı geçerliliğine yönelik analizler, ölçeğin hem iki faktörlü hem de dört faktörlü olarak kullanılabileceğini göstermiştir.

Mevcut çalışmada, BKYÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliğini test etmek için DİS, DAS, BIS-11-KF, ÖDÖ ve ZSÖ ile arasındaki korelasyonlar aracılığıyla eş zaman geçerliği değerlendirilmiştir (Clark ve Watson, 1995). BKYÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliliğini değerlendirmek amacıyla yapılan analizlerde, ölçeğin kriter değişkenlerle anlamlı ilişkiler sergilediği bulunmuştur. BKYÖ alt ölçekleri, DİS ile beklenen yönde anlamlı korelasyonlar göstermiştir. YYü ile negatif, DYm ile pozitif zayıf ilişkiler tespit edilmiştir. DAS-Ödül alt ölçeği ile DY ve DYü arasında pozitif yönde anlamlı korelasyonlar bulunurken, DAS-Eğlence alt ölçeği ile BKYÖ ve alt boyutları arasında zayıf ve orta düzeyde korelasyonlar gözlenmiştir. Bu sonuçlar, DAS-Eğlence'nin, Yanlış Yapma ve Doğruyu Yapmanın üstesinden gelme davranışındaki azalmalarla ve meyil etme davranışındaki artışlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, ekonomik problemler ve diyet deneyimi gibi davranışsal değişkenler de BKYÖ alt ölçekleriyle anlamlı ilişkiler göstermiştir. Örneğin, ekonomik sorun yaşayan bireyler, Yanlış Yapma ve Doğruyu Yapmama boyutlarında daha düşük puanlar almış; bu da benlik kontrolüne dair gerçek yaşam davranışlarının ölçekle tutarlı bir şekilde ölçüldüğünü ortaya koymuştur. BIS-11-KF'nin BKYÖ ile güçlü bir ilişki sergilediği, meyil etme alt boyutlarıyla pozitif, üstesinden gelme alt boyutlarıyla ise negatif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca, BIS-11-KF'nin Yanlış Yapma (YY) ile olan korelasyonunun, Doğruyu Yapmama (DY) ile olan korelasyonundan daha güçlü olduğu tespit edilmiştir. ÖDÖ ile yapılan analizlerde ise BKYÖ ve alt ölçeklerinin orta düzeyde ve beklendiği yönde ilişkiler sergilediği bulunmuş; meyil etme alt boyutlarıyla negatif, üstesinden gelme alt boyutlarıyla ise pozitif korelasyonlar gözlenmiştir. Son olarak, ZSÖ'nün BKYÖ ile negatif bir ilişki sergilediği, meyil etme boyutlarıyla pozitif, üstesinden gelme boyutlarıyla ise negatif korelasyonlar gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgular, BKYÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliliğini desteklemektedir. Ek olarak, BKYÖ'nün ekonomik zorluklar ve diyet gibi bireysel deneyimlerle anlamlı ilişkiler göstermesi, ölçeğin farklı bağlamlarda kullanılabilirliğini ve bireysel farklılıkları ölçme kapasitesini desteklemektedir. Bu sonuçlar, ölçeğin hem kuramsal hem de pratik düzeyde uygulanabilir olduğunu göstermektedir.

Orijinal çalışmada, BKYÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliliği farklı ölçeklerle olan ilişkileri üzerinden değerlendirilmiştir (Ein-Gar ve Sagiv, 2014). BKYÖ ile Ego-Kontrol, Ego-Dayanıklılık, DIS-DAS,

Duyarlılık Ölçeği ve Duyum Arama Ölçeği arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. BKYÖ ile Ego-Kontrol arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuç, BKYÖ'nün beklenen şekilde dürtüselliği engelleme becerisiyle ilişkili olduğunu göstermektedir. BKYÖ ile Ego-Dayanıklılık arasında ise zayıf bir korelasyon bulunmuş, ancak bu ilişki Bonferroni düzeltmesi sonrası anlamlılığını yitirmiştir. DIS-DAS sistemi ile BKYÖ arasındaki ilişkilerde, DAS'ın dürtüsel sürücü boyutu ile BKYÖ arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş, eğlence arama boyutuyla ise negatif yönde bir ilişki gözlenmiştir. Ancak, BKYÖ ile DIS arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Duyarlılık Ölçeği'nde BKYÖ'nün ödül duyarlılığı boyutuyla negatif bir ilişki sergilediği tespit edilmiştir. Duyum Arama Ölçeği sonuçlarında ise BKYÖ'nün duyum aramanın tüm alt boyutlarıyla negatif ilişkiler gösterdiği bulunmuştur. Örneğin, BKYÖ'nün heyecan arayışı boyutuyla ve deneyim arayışı boyutuyla ilişkisi anlamlı bulunmuştur. Bu bulgular, BKYÖ'nün ilgili yapılarla genellikle beklenen yön ve güçte anlamlı korelasyonlar sergilediğini ortaya koymuştur. Bu da BKYÖ'nün hem dürtüselliği hem de öz düzenleme becerilerini ölçme kapasitesini desteklemektedir. Bununla birlikte, bazı yapılarla olan zayıf ilişkiler, ölçeğin belirli boyutlarının bireysel farklılıklar veya kavramsal sınırlamalar nedeniyle daha sınırlı bir etki alanına sahip olabileceğini göstermektedir (Ein-Gar ve Sagiv, 2014).

Güvenirlilik Analizleri

Mevcut çalışmada, BKYÖ'nün iç tutarlılığını değerlendirmek için Cronbach's alfa güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Cronbach's alfa katsayısının sınıflandırılmasına ilişkin çeşitli yaklaşımlar bulunmaktadır. Genel kabul gören değerlere göre, ölçek güvenirlik açısından dört farklı seviyede değerlendirilmektedir. Ölçeğin güvenilir olmadığı durumlar için iç tutarlılık katsayısı en düşük seviyede yer alırken, düşük güvenirlik düzeyindeki ölçekler orta seviyeye yakın bir katsayı göstermektedir. Oldukça güvenilir kabul edilen ölçekler, genellikle orta ile yüksek arasında bir iç tutarlılık katsayısına sahiptir. Son olarak, güvenirliği en yüksek seviyede olan ölçekler, güçlü bir iç tutarlılık yapısı sergilemektedir (Alpar, 2022; Tavşancıl, 2019). Bu çalışmada, Yanlış Yapma ve Doğruyu Yapmama alt ölçeklerinin her ikisi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı yüksek düzeyde bulunmuştur. Bunun yanı sıra, YYm, YYü, DYm ve DYü alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir aralıkta değiştiği belirlenmiştir. Son olarak, ölçeğin tüm maddeleri için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı oldukça yüksek bir değer göstermiştir. Bu bulgular, ölçeğin genel olarak güvenilir bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Orijinal çalışmada, BKYÖ'nün iç tutarlılığını değerlendirmek amacıyla Cronbach's alfa güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Analizler sonucunda, Yanlış Yapma ve Doğruyu Yapmama alt ölçeklerinin güvenirlik düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, bu alt ölçeklerde yer alan "verilen dürtüye karşı koyma" ve "dürtüye teslim olma" maddelerinin güvenirlik katsayılarının kabul edilebilir aralıkta değiştiği görülmüştür. Son olarak, ölçeğin tüm maddeleri için hesaplanan iç tutarlılık katsayısının yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Bu bulgular, ölçeğin genel olarak güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu desteklemektedir. Bu sonuçlar, ölçeğin genel olarak yüksek bir iç tutarlılığa ve alt boyutlarının güvenirliğine işaret etmektedir (Ein-Gar ve Sagiv, 2014).

Sınırlılıklar

Bu çalışma, Benlik Kontrolüne Yatkinlık Ölçeği'nin (BKYÖ) Türkçe uyarlamasının psikometrik özelliklerini değerlendirme açısından önemli bir katkı sağlamaktadır. Ancak, çalışmanın bazı sınırlamaları bulunmaktadır. Bulgular, sosyal medya üzerinden ulaşılan ve gönüllü olarak katılım sağlayan genç yetişkinlerden oluşan bir örneklem üzerinden elde edilmiştir. Örneklemin büyük bir kısmını psikoloji bölümü öğrencileri ve mezunları oluşturmaktadır. Bu durum, sonuçların genel popülasyona genellenebilirliğini sınırlayabilir. Ayrıca, çalışmada yalnızca özbildirime dayalı veriler kullanılmıştır. Özbildirim yöntemi, katılımcıların yanıtlarının doğruluğunu etkileyebilecek yanlılıklar ve hatalara açık olabilir. Bu nedenle, BKYÖ'nün geçerliliği ve güvenilirliği, gelecekte daha geniş, heterojen ve farklı yaş gruplarından oluşan örneklem üzerinde test edilmelidir. Çalışmada psikiyatrik geçmişi olan katılımcılar gibi özel grupların düşük temsili de bulguların bu gruplara genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır. Son olarak, bu çalışmada kültürlerarası geçerlik veya prediktif geçerlik değerlendirilmemiştir. Bu durum, BKYÖ'nün diğer kültürlerdeki ve bağlamlardaki kullanımına dair sınırlamalar yaratmaktadır. Gelecekteki araştırmalarda BKYÖ'nün farklı kültürlerdeki psikometrik özelliklerinin ve uzun vadeli prediktif geçerliğinin incelenmesi, ölçeğin uluslararası alanda kullanımını güçlendirebilir. Bu sınırlamaların farkında olunarak yapılacak çalışmalar, BKYÖ'nün geçerlilik ve güvenilirlik özelliklerine ilişkin daha kapsamlı bir anlayış geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Öneriler

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizleri gerçekleştirilmiş ve Türkçe versiyonunun benlik kontrolüne yönelik kapsamlı bir ölçüm aracı olarak kullanılabilirliği test edilmiştir. Benlik Kontrolüne Yatkinlık Ölçeği (BKYÖ), bireylerin yanlış yapma ve doğruyu yapmama gibi davranışsal eğilimlerini değerlendirmede pratik bir araç olarak kullanılabilir. Ölçeğin kısa ve kolay uygulanabilir yapısı, bireylerin öz düzenleme becerilerini ve potansiyel zorluklarını tespit ederek bu alanlara yönelik özel müdahalelerin geliştirilmesine olanak sağlayabilir.

Özellikle genç yetişkin popülasyonunda, örneğin psikoloji bölümü öğrencileri ve mezunlarında yapılan çalışmalar, BKYÖ'nün akademik başarı, finansal yönetim ve sağlık davranışları gibi yaşamın farklı alanlarındaki öz düzenleme becerilerini anlamaya katkı sunabileceğini göstermektedir. Örneğin, geçmişte aşırı harcama sorunları yaşayan bireylerin BKYÖ skorlarına dayalı değerlendirmeler, finansal danışmanlık ve planlama müdahalelerinin etkili şekilde yönlendirilmesine yardımcı olabilir. Diyet programlarına uyum ve hedef kiloya ulaşma gibi sağlıkla ilişkili davranışların analizinde de BKYÖ, bireylerin davranışsal eğilimlerini anlamada önemli bir araç sunabilir. Sağlık ve eğitim profesyonelleri, BKYÖ'yü bireylerin öz düzenleme ve davranışsal kontrol becerilerini geliştirmek için kullanılacak müdahaleleri tasarlamada referans olarak kullanabilir. Ayrıca, psikiyatri geçmişi olan bireylerde BKYÖ'nün uygulanması, dürtüsellik veya öz düzenleme eksiklikleri gibi temel sorunların erken tespitine katkı sağlayabilir. Bu tür değerlendirmeler, bireylerin duygusal ve davranışsal kontrol becerilerini artırmak için tasarlanmış terapötik yaklaşımların uygulanmasını destekleyebilir. BKYÖ ayrıca, davranışsal müdahalelerin etkinliğinin uzun vadeli olarak değerlendirilmesi ve öz düzenleme becerilerinin gelişim süreçlerinin izlenmesi için prospektif çalışmalarda kullanılabilir. Ölçeğin farklı yaş gruplarında, demografik özelliklerde ve kültürel bağlamlarda yeniden test edilmesi, BKYÖ'nün uluslararası düzeyde geçerliliğini ve güvenilirliğini artırabilir. Bu tür çalışmalar, BKYÖ'nün geniş bir yelpazedeki bireylerin davranışsal eğilimlerini anlamada daha yaygın bir kullanım bulmasına olanak tanıyabilir ve bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik müdahalelerin etkisini güçlendirebilir.

Etik Kurul Onayı: Bu çalışma, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından onaylanmıştır (Karar tarihi: 8 Şubat 2021; Sayı: 5727).

Araştırmacıların Katkı Oranı: Çalışmanın tüm aşamaları yazarın kendisi tarafından gerçekleştirilmiştir. Kavramsallaştırma, Veri düzenleme, Formal analiz, Metodoloji, Proje yönetimi, Süpervizyon, Görselleştirme, Yazım - orijinal taslak, Yazım - gözden geçirme ve düzenleme.

Çatışma Beyanı: Yazar potansiyel bir çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

References

- Alpar, R. (2022). *Uygulamalı istatistik ve geçerlik-güvenirlik [Applied statistics and validity and reliability]* (7th Ed.). Detay Yayıncılık.
- Ariely, D., & Wertenbroch, K. (2002). Procrastination, deadlines, and performance: Self-control by pre-commitment. *Psychological Science*, 13(3), 219–224. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00441>
- Barratt, E. S. (1959). Anxiety and impulsiveness related to psychomotor efficiency. *Perceptual and Motor Skills*, 9(2), 191–198. <https://doi.org/10.2466/pms.9.3.191-198>
- Carver, C. S. & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(2), 319–333.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1995). Construct validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment*, 7(3), 309–319. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.7.3.309>
- Ding, C. S. (2018). *Fundamentals of applied multidimensional scaling for educational and psychological research*. Springer.
- Dugard, P., Todman, J., & Staines, H. (2010). *Approaching multivariate analysis: A practical introduction* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003343097>
- Duyan, V., Gülden, Ç., & Gelbal, S. (2012). Öz-Denetim Ölçeği - ÖDÖ: Güvenirlik ve geçerlik çalışması [Othering behaviors scale: Validity and reliability study]. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 23,1, 25-38.
- Ein-Gar, D., Goldenberg, J., & Sagiv, L. (2008). Taking control: An integrated model of dispositional self-control and measure. *Advances in Consumer Research*, 35, 542–550.
- Ein-Gar, D., & Sagiv, L. (2014). Overriding "doing wrong" and "not doing right": validation of the Dispositional Self-Control Scale (DSC). *Journal of Personality Assessment*, 96(6), 640–653. <https://doi.org/10.1080/00223891.2014.889024>
- Fishbach, A., & Shah, J. Y. (2006). Self-control in action: Implicit dispositions toward goals and away from temptations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(5), 820–832. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.5.820>
- Fudenberg, D., & Levine, D. K. (2006). A dual-self model of impulse control. *American Economic Review*, 96(5), 1449–1476. <https://doi.org/10.1257/aer.96.5.1449>
- Gulec, H., Tamam, L., Turhan, M., Karakuş, G., Zengin, M., & Stanford, M. S. (2008). Psychometric properties of the Turkish version of the Barratt Impulsiveness Scale-11. *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 18(4), 251–258.
- Guttman, L. (1968). A general non-metric technique for finding the smallest coordinate space for configuration points. *Psychometrika*, 33, 495–506.

- Higgins, T. E. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52(12), 1280–1300. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.52.12.1280>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hofmann, W., Friese, M., & Strack, F. (2009). Impulse and self-control from a dual-systems perspective. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 162–176. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01116.x>
- International Test Commission (2018). Guidelines for translating and adapting tests. *International Journal of Testing*, 18(2), 101–134. <https://doi.org/10.1080/15305058.2017.1398166>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). The Guilford Press.
- Letzring, T. D., Block, J., & Funder, D. C. (2005). Ego control and ego resiliency: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians, and the self. *Journal of Research in Personality*, 39(4), 395–422. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.06.003>
- Lindner, C., Nagy, G., & Retelsdorf, J. (2015). The dimensionality of the Brief Self-Control Scale—An evaluation of unidimensional and multidimensional applications. *Personality and Individual Differences*, 86, 465–473. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.006>
- Maloney, P. W., Grawitch, M. J., & Barber, L. K. (2012). The multi-factor structure of the Brief Self-Control Scale: Discriminant validity of restraint and impulsivity. *Journal of Research in Personality*, 46(1), 111–115. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.10.001>
- Metcalf, J., & Mischel, W. (1999). Hot/cool-system analysis of delay of gratification: Dynamics of willpower. *Psychological Review*, 106(1), 3–19. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.106.1.3>
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51(6), 768–774.
- Rosenbaum, M. (1980). A Schedule for assessing self-control behaviors: Preliminary findings. *Behavior Therapy*, 11(1), 109–21.
- Şimşir-Gökalp, Z., & Koç, H. (2022). Adaptation of Turkish version of two different self-control scales. *Bartın University Journal of Faculty of Education (BUEFAD)*, 11(2), 338–350. <https://doi.org/10.14686/buefad.942984>
- Şişman, S. (2012). Davranışsal inhibisyon sistemi / davranışsal aktivasyon sistemi ölçeği'nin türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması [Turkish adaptation of behavioral inhibition system / behavioral activation system scales (BIS/BAS Scales): Validity and Reliability Studies]. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 32(2), 1-22.
- Tamam, L., Güleç, H., & Karataş, G. (2013). Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Türkçe uyarlama çalışması [Short form of Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11-SF) Turkish Adaptation Study]. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 50, 130-134.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Tavşancıl, E. (2019). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi [Measurement of attitudes and data analysis with SPSS]* (6. baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Valence, G., d'Astous, A. ve Fortier, L. (1988). Compulsive buying: Concept and measurement. *Journal of Consumer Policy*, 11(4), 419–433
- World Health Organization (WHO) (2020). *Process of translation and adaptation of instruments*. Geneva.

Yüncü, Z., & Kesebir, S. (2014). Zorlantılı satın alma ölçeği: Geçerlik, güvenilirlik, toplumumuzda psikometrik özellikleri [Compulsive Buying Scale: Validity, reliability and its psychometric characteristics in our society]. *Bağımlılık Dergisi*, 15(3), 142-14.