

The Adaptation of Shortened General Attitudes and Beliefs Scale into Turkish: A Validity and Reliability Study

Murat Artıran, Maltepe University, ORCID ID: 0000-0003-1996-024X

Abstract

Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) is one of the therapeutic approaches under cognitive behavioral therapy that puts central emphasis on irrational beliefs in psychological counseling. This approach suggests that irrational beliefs are the source of psychological disorders. This study investigated the validity and reliability of the Turkish version of General Attitudes and Beliefs Scale's shortened version (SGABS) in REBT. The sample size were 901. Turkish version of SGABS's language equivalency, exploratory and confirmatory factor analysis, internal consistency analysis, test retest analysis were investigated in this research. In literature, there are many questionnaires that measure irrational beliefs but those questionnaires. However they are criticized in terms of they have so many items, measuring unclear cognitive structures, they mixed emotional and behavioral items with cognition, and their factor structures based on theoretical facts. Additionally they are criticized because of cultural differences were limitedly confronted in these scales. Among these measures, 26-item SGABS was not highly criticized in comparison to earlier questionnaires measuring irrational beliefs. Original questionnaire measures irrational beliefs in 7-factor structure. In this research, the internal consistency alpha of the questionnaire founded to be .84. Reliability analysis of this questionnaire had statistically significant relationship with other psychological variables. The questionnaire's test-retest results were highly consistent as well. According to the results Turkish adapted version of SGABS is valid and reliable.

Keywords: Scale, irrational, rational, REBT, cross-cultural



Inönü University
Journal of the Faculty of Education
Vol 20, No 3, 2019
pp. 842-858
DOI: 10.17679/inuefd.516350

Article type:
Research article

Received : 22.01.2019
Accepted : 31.08.2019

Suggested Citation

Artıran, M. (2019). The Adaptation of Shortened General Attitudes and Beliefs Scale into Turkish: A Validity and Reliability Study. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 20(3), 842-858. DOI: 10.17679/inuefd.516350

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) which based on ABC(DEF) model established by Dr. Albert Ellis (Ellis and Dryden,1997) is the first Cognitive-Behavioral Therapy (CBT). Ellis argues that Rational Emotive Behavioral Therapy, which enables people to solve their problems by changing their perspectives about incidents, is the most effective theory. (Ellis, 1990; Hyland, 2014). Rational Emotive Behavioral Therapy which is based on the ABC Model emphasizing the source of psychological disorders are the irrational beliefs emerged as Rational Therapy and it is developed over time. (Ellis,2001) Theory suggests that One of the hypotheses of the ABC model is 'A' is (activating event) which motivates the individual, 'B' (beliefs and thoughts) represents individual's irrational and rational beliefs, 'C' (consequences) represents individual's unhealthy, nonfunctional emotions, physical discomfort and behavioral reactions. Individual 's irrational beliefs lead to "C" as unhealthy negative emotions such as anxiety, depression, anger, and guilt. REBT's main goal is to change a person's irrational beliefs with rational beliefs. By this way, C point is controlled (DiGiuseppe, Doyle, Dryden, Backx, 2014). According to Maultsby (1975), irrational beliefs are caused by a person's desire to reach a positive goal or prevent a negative situation a conscious manifestation of a person's unwillingness to settle for an undesired result. In the early stages of RDDT, eleven different irrational beliefs were mentioned, but these beliefs were not categorized under a specific category. These eleven beliefs were classified into four main categories over time. These are irrational demanding, frustration intolerance, catastrophizing and self /others/life downing (Ellis, 1990, 2001). Measurement of irrational and rational beliefs is important in order to make case formulations in psychotherapy and to follow the course of treatment (Owings, Thorpe, McMillan, Burrows, Sigmon & Alley, 2013). However many scales in REBT are criticized due to they measure emotions, beliefs and behaviors together rather than cognitions alone. Additional many of them measure irrational beliefs without measuring rational beliefs. In literature there some scales such as Attitudes and Beliefs Scale-II (DiGiuseppe, Leaf, Exner ve Robin, 1988) and Short Version of Attitude and Beliefs Scale (Lindner, Kirkby, Wertheim ve Birch, 1999) are relatively better scales according to theoretical expectations.

Purpose

Due to originated from Western culture it is necessary for REBT and CBT to be tested in a Eastern culture (Artiran, 2019). To test a scale as well as its theoretical assumptions in a different culture may provide a valuable information to future direction of any culturally sensitive psychotherapeutic approaches. This study investigated the validity and reliability of the Turkish version of General Attitudes and Beliefs Scale's shortened version (SGABS) in REBT.

Method

The necessary permissions were obtained from SABS' authors Lindner, Kirkby, Wertheim and Birch for the Turkish adaptation of the scale. The research was conducted in four stages: (1) language equivalency, (2) cronbach alpha internal consistency reliability and test retest analysis (3) explonatory factor analysis, (4) confirmatory factor analysis, and (5) criterion-related validity. The sample size was 901 participants, age of the participants ranged from 18 to 43. SGABS's criterion validity analyzes is done with the Scale of Need for Absolute Truth, The Brief Symptom Inventory (BSI), and Ontological Well-Being Scale.

Findings

According to the findings obtained in the scale's study of the language equivalency of the original version of the Turkish version of the correlation was found to be high. It is seen that the internal consistency coefficient ratio of the scale is acceptable. Test-re-test analysis also showed the reliability of the scale is valid. Explonatory and confirmatory factor analysis outcomes indicate 7 factor structure is confirmed as similar to original version of the scale. In the criterion validity analyzes, SGABS and the other psychological variables of The Scale of Need for Absolute Truth, The Brief Symptom Inventory (BSI), and Ontological Well-Being Scale relationships were found to be low to moderate. When the 26-item scale was analyzed, it was observed that the first 7 factors explained 63.058% of the total variance. Eigen Values were determined as 5.967, 2.379, 2.181, 1.773, 1.544, 1.368 and 1.183, respectively. When we examine this 7-factor structure, the contribution of the first factor to the total variance was 22.9%, the second factor was found to be 9.1%, the third factor

8.3%, the fourth factor 6.8%, the fifth factor 5.9%, the sixth factor 5.2% and the last factor 4.5%. As can be seen in Table 2, the analysis shows that the seven-factor model provide good fit indices. The confirmatory factor analysis confirms 7 factors structure.

Discussion & Conclusion

According to the results Turkish adapted version of GABS is valid and reliable. The exploratory and confirmatory factor analyses confirm the construct validity of the SABS. Reliability analysis show that Turkish version of SGABS is reliable scale. It can be concluded that there is no difference between the original form and the Turkish version of the scale. Although the scale was not designed according to the four irrational beliefs determined in the latest research in terms of REBT theory, it can be still used in research and psychotherapy interventions. Dimensions of SGABS are rationality (rational beliefs), need for achievement, need for comfort, self-downing, other downing, need for approval and demand for fairness. Being tested in a different culture may help to Westerner REBT & CBT psychotherapy approaches to be culturally sensitive (e.g. Middle Eastern culture) (Artiran, 2019). The limitations of this study is that it was not studied with a clinical sample. In the future, the scale can be tested in clinical settings and clarified whether the factor structure changes especially in terms of sub-dimensions.

Genel Tutumlar Ve İnanışlar Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması Çalışması

Murat Artıran, Maltepe Üniversitesi, ORCID NO: 0000-0003-1996-024X

Öz

Rasyonel Duygucu Davranışçı Terapi (RDDT), bilişsel davranışçı terapiler arasında irrasyonel inanışları psikolojik danışmanlık süreçlerinde merkezi konumda ele alan bir terapi yaklaşımıdır. Söz konusu kurama göre irrasyonel inanışların psikolojik rahatsızlıkların kaynağı olduğu varsayılır. Bu çalışma ile RDDT'de sıkça kullanılan Genel Tutum ve İnanışlar Ölçeğinin Kısa Formu'nun (GTİÖ-K) dil eşdeğerlilik çalışması, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri, iç tutarlılık analizi, test tekrar test analizi ve ölçüt bağıntılı geçerlik analizleri gerçekleştirilerek Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 901 katılımcıdan oluşmuştur. Alan yazında irrasyonel inanışları ölçen birçok ölçme aracı olmasına rağmen bu ölçekler fazlaca madde içermeleri, bilişsel süreçlerle duygusal ve davranışsal unsuları birbirine karıştırmaları, faktör yapılarının kuramsal varsayımlara uyum göstermemesi, kültürler arası farklılıkları sınırlı düzeyde karşılamaları bakımlarından eleştiri almaktadır. 26 maddelik GTİÖ-K'nın sözkonusu eleştirilere göreceli olarak daha az maruz kaldığı söylenebilir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test sonuçları da ölçümler arasında yüksek oranda tutarlılık göstermiştir. Orijinal ölçek 7 faktörlü bir yapıda irrasyonel inanışları ölçmektedir. Türkçe formunun açımlayıcı faktör analizi sonuçları bu yapıyı ortaya koymuştur. Doğrulayıcı faktör analizi de orijinal 7 faktörlü yapıyı desteklemiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlik sonuçları, diğer ölçeklerle istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler ortaya koymuştur. Elde edilen bulgulara göre ölçeğin Türkçe'ye uyarlanmış halinin geçerli ve güvenilir olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Ölçek, irrasyonel, rasyonel, RDDT, kültürlerarası



İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi
Cilt 20, Sayı 3, 2019
ss. 842-858
DOI: 10.17679/inuefd.516350

Makale türü:
Araştırma makalesi

Gönderim Tarihi : 22.01.2019
Kabul Tarihi : 31.08.2019

Önerilen Atıf

Artıran, M. (2019). Genel Tutumlar Ve İnanışlar Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması Çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 842-858. DOI: 10.17679/inuefd.516350

GİRİŞ

Rasyonel (Akılcı) Duygucu Davranışçı Terapi (RDDT) Dr. Albert Ellis tarafından ortaya konulmuş olan ilk bilişsel davranışçı terapi (BDT) kuramıdır (Ellis ve Dryden, 1997). BDT kuramlarının hemen hepsi psikolojik tedavide düşünce yapıları, süreçleri ve inanışlar ile ilgilenir. Ellis, kuramını ortaya atarken, bireylerin psikolojik sıkıntılarını, olaylara bakış açılarını ve olaylar karşısındaki düşünce yapılarını değiştirerek çözebileceklerini belirtmiştir (Ellis, 1990; Hyland, 2014). Bu yaklaşımın, psikolojik bozuklukların sebeplerini çocukluk dönemindeki yaşantıların etkisine bağlayan psikanalizden daha güvenilir ve bilimsel bir yöntem olduğunu öne sürmüştür. Psikoterapi tarihinde bakıldığında psikiyatrist Aaron Beck'in ortaya koyduğu Bilişsel Terapi (BT) ve Ellis'in RDDT'si BDT'lerin iki ana kuramıdır (Froggatt, 2005). Ellis, ABC modeli ile düşünce yapılarının psikolojik rahatsızlıklardaki rolünü formülize eden modelini 1955'te oluşturdu (Ellis ve Dryden, 1997). Modele göre, 'A' (aktivite eden) kişiyi harekete geçiren olayı, 'B' (inanışlar ve düşünceler) kişinin irrasyonel veya rasyonel inanışlarını, 'C' (sonuçlar) kişinin sağlıklı, işlevsiz duygular, bedensel huzursuzluklar ve davranışsal tepkilerini temsil etmektedir. Örneğin, kişinin 'A' hakkında irrasyonel inanışları (İR'ler) varsa bu durum 'C' noktasına kaygı, depresyon, öfke, suçluluk gibi sağlıklı negatif duygulara neden olur. RDDT ve BDT terapilerinde irrasyonel inanışları, rasyonel inanışlarla (Rİ'ler) değiştirmek için çalışmalar yapılır. Böylece 'C'de duygu durum kontrolü sağlanır (DiGiuseppe, Doyle, Dryden, Backx, 2014). Kurama göre, Rİ'lerin işlevsel duyguları sağladığı, İR'lerin ise işlevsiz duygulara yol açtığı varsayılmaktadır (Ellis, A. &Harper, R.).

Ancak gerek İR'lerin gerekse Rİ'lerin tanımlamaları, sınıflandırılmaları veya nasıl ölçülecekleri hakkında alan yazında tartışmalar sürmektedir. Maultsby'ın (1975) tanımına göre İR'ler; kişinin olumlu bir şeye ulaşma talebi ya da negatif bir durumu engelleme talebiyle başlayan, kişinin arzulamadığı fakat gerçekte oluşan sonuca razı olmamasının bilinçsel dışavurumudur. İR'ler kişide erken çocukluk dönemlerinde başlayıp, ergenlik ve yetişkinlik dönemine taşınmaktadır (Ellis, 1993). Maultsby, inanışların irrasyonel olması için üç kriter olduğunu iddia etmiştir (1975): mantıkdışı olması, uzun vadedeki hedeflerin gerçekleşmesindeki uyumsuzluk ve deneysel gerçeklikle uyumlaması (DiGiuseppe ve ark., 2014). RDDT'nin ortaya konulduğu ilk dönemlerinde, Ellis'in söylemlerine dayandırılarak onbir farklı irrasyonel inanıştan bahsedilmiştir fakat bunlar belirli bir kategoriye sınıflandırılmamıştı (Jones, 1968). Bu durum da danışanların İR'lerini ve Rİ'lerini ölçmeyi zorlaştırmıştır.

Bu zorluğu aşmak ve terapilerin daha etkili olmasını sağlayabilmek için onbir inanış zaman içinde varsayımsal olarak dört ana kategoride toplanmıştır. Bunlar; (1) aşırı talepkarlık, (2) rahatsız olmaya katlanamamak, (3) felaketleştirme (olayları olumsuz değerlendirme) ve (4) kişinin kendisini/diğerlerini/hayatı değersizleştirme/aşağılaması (Ellis, 1990, 2001). Aşırı talepkarlık irrasyonel inanışları, gerçekçi olmayan, mutlaklık içeren, katı-değişmez, mantıksız, inatçı inanışlardır. Örneğin 'mutlaka her işimde mükemmel olmak zorundayım', 'hayatta hiç rahatsızlık hissetmemeliyim'. Rahatsız olmaya katlanamama irrasyonel inanışları sürekli rahat olma arayışı ve rahatsızlığa olan tahammülsüzlükle ilgilidir. Örneğin 'Ödevleri yapmak çok zor geliyor, katlanamıyorum', 'bana böyle davranılmasına dayanamıyorum'. Felaketleştirme (olayları olumsuz değerlendirme) irrasyonel inanışları olumsuz sonuçların kişi tarafından "korkunç bir olay" olarak değerlendirmesine neden olan düşünce yapılarıdır. Örneğin 'asansörde kapalı kalmak felaket olurdu', 'sınavda başarılı olmazsam korkunç olur'. Değersizleştirme irrasyonel inanışları ise kişinin kendisini veya diğerlerini veya hayatı tek bir dereceyle değerlendirmesidir: iyi veya kötü, değerli veya değersiz şekilde değerlendirmesini tanımlar (Artıran, 2015). Örneğin 'bu kez de başaramazsam ben tamamıyla işe yaramaz bir insanım', 'kimse beni sevmiyor çünkü hiçbir değerim yok'. Kendini değersizleştirip diğer kişileri daha değerli gören, yaşadığı sıkıntıları büyüten bireylerde İR'lerin daha fazla görüldüğü varsayılmaktadır (Ellis, 2001). İR'lerin ortak özellikleri, mantığa dayalı olmamaları, gerçek dışı olmaları, kişiyi yararlı bir hedefe götürmemeleri, beden sağlığına olumsuz etki etmeleri ve işlevsel olmayan duygulara sebebiyet vermeleri olarak sıralanabilir (Ellis, 1990, 2003; Froggatt, 2005). Rİ'ler ise İR'lerin sağlıklı alternatifleridir. Rİ'ler daha esnek, mantıklı, kişiyi ulaşmak istediği hedefe götüren, gerçekçi inanışlardır (Ellis ve Dryden, 1997). Rİ'ler İR'ler gözetilerek sırasıyla şu şekilde sıralanır: (1) Esnek ve gerçekçi istekler/arzularda/tercihler, (2) yüksek toleranslılık/rahatsız olmaya katlanabilmek, (3) anti-felaketleştirme (olayları gerçekçi değerlendirmek) ve (4) kişinin kendisini/diğerlerini ve hayatı koşulsuzca kabul etmesi.

RDDT'deki Ölçme Araçları

RDDT literatürü incelendiğinde irrasyonel inanışları ölçmek için kullanılan 50'yi aşkın ölçme aracının geliştirildiği görülecektir. İrrasyonel ve rasyonel inanışların ölçülmesi, psikoterapide vaka formülasyonları yapmak ve tedavinin gidişatını takip edebilmek adına önemlidir (Owings ve ark., 2013). RDDT'de kullanılan ilk ölçme araçları Ellis'in belirlemiş olduğu 11 irrasyonel inanışa dayanmaktaydı (örn: İrrasyonel İnanışlar Testi,

Jones, 1969). Çeşitli araştırmalarda sıklıkla kullanılan bu ölçme araçlarının sorunlar içerdiğine işaret edilmiştir (Campbell, 1985; Burgess, 1986, Hyland, 2014). Bu sorunlar arasında en önemlisi, sadece biliş yapılarını ölçmeye çalışmak yerine davranış, biliş ve duygu unsurlarının aynı anda ölçülmeye çalışılması olmuştur. Dolayısıyla ilk ölçme araçları düşük ayırt edici geçerliliğe sahiptiler (Hyland, 2014; Artıran, 2015). Bu ölçeklerle ilgili bir diğer problem de ölçek maddelerinde rasyonel inanışlara hiç yer verilmemesi veya çok az yer verilmesidir. İrrasyonel inanışları düzeltmenin rasyonelliği arttırmayacağına dikkat çeken Ellis ve ark. (2010), İR'leri olduğu kadar Rİ'leri de ölçen ölçme araçlarının oluşturulması gerektiğine işaret etmişlerdir. Geçmişte en yaygın olarak kullanılan testler İrrasyonel İnanış Testi ve Rasyonel Davranış Envanteri'dir. Her iki test de Ellis'in 11 inanışına dayanarak hazırlanmıştır (Hyland, 2014). Malouff ve Schutte (1986) RDDT kuramına dayandırdıkları, İrrasyonel İnanış Testi ve Rasyonel Davranış Testi'nin geliştirilmiş bir versiyonu olan İrrasyonel İnanış Ölçeği'ni tasarlamışlardır. Bu ölçeğin avantajı duygu ve davranışlardan çok bilişsel süreçlere önem vermesi olmuştur (Lindner ve ark., 1999).

RDDT'de eski ölçeklerin problemlerine gidermek adına yeni geliştirilecek ölçekler için üç kriter önerilmiştir: (1) Duygusal ifade ile karışmış olmayan bilişsel öğeler içermesi (2) irrasyonellik ve rasyonellik için farklı maddeler barındırması ve (3) diğer bilişsel yapılar yerine (örneğin otomatik inanışlar, çekirdek inanışlar) sadece irrasyonel inanışları ölçüyor olması (Ranelana, 2010). Bütün bu kriterleri karşılayan az sayıdaki ölçeklerden bir tanesi günümüzde sıklıkla kullanılan Genel Tutum ve İnanışlar Ölçeği-II (GTİÖ) (DiGiuseppe, Leaf, Exner ve Robin, 1988) ve bu araştırmada Türkçe'ye uyum çalışması yapılan Genel Tutum ve İnanışlar Ölçeğinin Kısa Formu'dur (GTİÖ-KF) (Lindner, Kirkby, Wertheim ve Birch, 1999). Bu ölçekler günümüzde ergenler ve yetişkinler için rasyonel ve irrasyonel inanışları ölçmede yaygın başvurulan iki ölçme aracı olarak bilinmektedir (Lindner ve ark., 1999).

Bu araştırmanın amacı Lindner ve ark. (1999) tarafından geliştirilen GTİÖ-KF'nin (EK-1) uyarılama çalışması ile ilgi sonuçları paylaşmak ve Türkçe'ye kazandırmaktır. Burgess tarafından 96 madde ile oluşturulan GTİÖ'nün ilk formununun, irrasyonel inanışları ölçerken duygusal ve davranışsal sonuçları karıştırmayan ilk ölçeklerden biri olduğu söylenebilir. Fakat ilk ölçek geliştirme çalışması bilişsel yapıları (örneğin otomatik düşünceler, algılar ve irrasyonel inanışlar gibi) ayırt edemediği için eleştiri aldı (Lindner ve ark., 1999). DiGiuseppe ve arkadaşları (1988) bu ölçeği düzenleyerek 72 maddede yeniden oluşturdular. İsmine ise Tutum ve İnanışlar Ölçeği-2 (TİÖ-2) (GTİÖ'nün ikinci versiyonu olduğunu belirtmek için '2' olarak isimlendirmişlerdir) demişlerdir. TİÖ-2, daha sonra eklenen 4 madde ile 76 maddelik hali ile RDDT'de günümüzde sıklıkla kullanılan bir ölçek olma durumuna gelmiştir. Gerek GTİÖ gerekse GTİÖ'den türetilmiş olan TİÖ-2 ölçeklerinin değerli olmasının nedeni RDDT kuramının tüm irrasyonel inanış yapılarını ortaya koyan ifadeleri içerisinde barındırmasıdır. Ne var ki bu ölçeklerin çok maddeli ölçekler olması testi cevaplayan katılımcıların sıkılmasına sebebiyet vermesine neden olmaktadır. Öte yandan GTİÖ ve TİÖ-2'nin (DiGiuseppe ve ark. 1988; Fülöp, 2007) yapı geçerliliğine dair psikometrik kanıt bulunmaması, faktör yapısının belirsizliği ve cevaplama süresinin uzunluğundan kaynaklanan problemler nedeniyle kısaltılmasına ihtiyaç duyulmuştur.

Bernard (1998) yaptığı çalışma ile 55 maddelik kısa bir form önererek GTİÖ'nün maddelerinden bazılarını elediler. Ancak bu testin de uygulanmasının çok zaman alması ve testi cevaplayan katılımcıların ölçekte yer alan ifadelerin çok tekrarlı olduğunu bildirmesi ile tekrar kısaltıldı (MacInnes, 2003). Lindner ve arkadaşları tarafından 26 maddelik (1999) GTİÖ kısa formu (GTİÖ-KF) ile son haline kavuşturuldu. Ölçek 7 alt faktör yapısından oluşmaktadır: Rasyonellik (Ras), Kendini Değersizleştirme (Kde), Başarmak İrrasyonel İnanışları (Bii), Onaylanma İrrasyonel İnanışları (Oii), Konfor Arayışı (Ka), Adalet Beklentisi (Ab), Başkalarını Değersizleştirme (Bde). Bir Batı kültüründen geliştirilmiş olan RDDT ve BDT'ye ait bir ölçek ve onun kuramsal altyapısını bir doğu kültüründe test etmek psikoterapi yaklaşımlarının gelecekteki kültüre uyumlu gelişimi için bizlere önemli bilgiler sağlayabilir (Artıran, 2019). Bu araştırmada GTİÖ-KF'nin Türkçe'ye uyarlanmış formunun geçerlilik ve güvenilirliği analizleri gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Çalışma 1: Ölçeğin Çeviri Süreci

Türkçe uyarılması ve geliştirme çalışması için ölçeğin yazarları Lindner, Kirkby, Wertheim ve Birch ile iletişime geçilmiş ve gerekli izinler alınmıştır. Ölçeğin dil geçerliliğinin sağlanması iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada, çeviri için 3 akademisyen, 2 doktora öğrencisi ve bir tercüman görev yapmıştır. Ölçeğin dil eşdeğerliliği İngilizce'ye hakim psikoloji ve psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanından uzman dört akademisyen tarafından kontrolleri sağlanmıştır. Çevirisi yapılan ölçek tekrar Türkçe'den İngilizce'ye bağımsız

bir çevirmen tarafından çevrilmiştir. Çevirici süreci ve kontroller sonucunda orijinal ölçek ile Türkçe versiyon arasında ifade ve anlamsal bütünlüğün olduğu doğrulanmıştır. Bu aşamadaki sonuçlara göre GTİÖ-KF'nun dil geçerliliğinin birinci aşaması sonuçlandırılmıştır.

Örneklem Grubu

İkinci aşama için İstanbul'daki iki vakıf üniversitesinden İngilizce bilen lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencilerinden gönüllü iki grup kolaydan örneklem yöntemi ile belirlenmiştir. İlk grup 31 kız 44 erkek olmak üzere 75 öğrenciden (% 41.3 kız; %58.7 erkek; $X=25.08$; $Ss = 1.58$) oluşmuştur. Bu grupta yer alan öğrencilere ilk olarak ölçeğin Türkçe formu, 3 hafta aradan sonra da İngilizce formu uygulanmıştır. İkinci grup 43 kız 46 erkek olmak üzere 89 öğrenciden (% 48.3 kız; % 51.7 erkek; $X = 20.52$; $Ss = 2.82$) oluşmuştur. Bu grupta yer alan öğrencilere ilk olarak ölçeğin İngilizce formu ve 3 hafta aradan sonra Türkçe formu uygulanmıştır.

Bulgular

İlk gruptan elde edilen verilerin analizi sonucu ölçeğin Türkçe ve İngilizce formu arasında yüksek oranda ilişkililik bulgulanmıştır ($n=75$, $r=.90$, $p<.001$). İkinci gruptan elde edilen verilerin analizi sonucu ölçeğin İngilizce ve Türkçe formu arasında yüksek oranda ilişkililik bulgulanmıştır ($n=89$, $r=.95$, $p<.001$). Çalışma l'in sonuçlarına göre ölçeğin Türkçesi'nin orijinal İngilizce formuna eşdeğer nitelikte olduğu bulgulanmıştır.

Çalışma 2: Güvenilirlik Analizleri

Ölçeğin güvenilirliğinin belirlenmesinde Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı incelenmiştir. Ayrıca ölçeğin tutarlılığını bulgulamak için farklı zamanlarda yapılan ölçüm sonuçlarının benzerliliğini ortaya koyan test tekrar test yöntemi gerçekleştirilmiştir.

Örneklem Grubu

Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı için 163 kadın (%60) 107 erkek (%40) toplam 270 kişiden elde edilmiş olan veriler kullanılmıştır. Katılımcılara ulaşılmasında kolaydan örneklem yöntemi kullanılmış ve veriler İstanbul ve Ankara illerinde yaşayan üniversite öğrencilerinden toplanarak elde edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalamaları 18 ile 43 arasında değişmektedir ($X = 26.77$, $Ss = 6.47$). Test tekrar test analizleri çalışmasına 23 kadın (%48.9) ve 24 erkek (51.2) toplam 47 kişi katılmıştır. Verilerin toplanmasında kolaydan örneklem yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 20 ile 40 arasında değişmektedir ($X = 26.29$, $Ss = 4.47$).

İşlem

GTİÖ-KF ölçeğinin güvenilirlik analizlerini gerçekleştirmek üzere SPSS 20.0 programında içtutarlılık katsayılarına bakılmıştır. Alan yazında güvenilirlik katsayısı (Cronbach Alpha değeri) kabul edilebilir oranları .70 ile .95 arasında olması gerektiği belirtilmektedir (Nunnally ve Bernstein, 1994; Bland ve Altman, 1997; DeVellis, 2003). İç tutarlılık katsayısının yüksek olması, ölçeğin güvenilir bir ölçek olduğunun kanıtı olarak görülebilir (McMillan and Schumacher, 2001). GTİÖ-KF test tekrar test çalışması dört hafta aralıkla iki defa uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Anket araştırmacı tarafından öğrencilere uygulanmıştır. Öğrencilere araştırmacının amacı sözlü ve yazılı olarak açıklanmış ve anketi nasıl cevaplandıracaklarına ilişkin yönerge yine sözlü ve yazılı olarak aktarılmıştır. Anketin cevaplandırılması her iki ölçümde ortalama 10 dakikada tamamlanmıştır. Katılımcılar kendilerine verilen anketlerin ikinci kez iki hafta sonra uygulanacağı hakkında bilgilendirilmiştir. Her iki veri toplama aşaması da bizzat araştırmacının gözetiminde gerçekleştirilmiştir. Test tekrar-test güvenilirliği için pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı hesaplamaları yapılmıştır. Korelasyon bulgularını değerlendirirken kriter olarak ilişkililik $r < 0,30$ oranında ise düşük, $0,30 < r < 0,70$ oranında ise orta derece, $0,70 < r$ durumunda ise yüksek seviyede ol (Büyükoztürk, 2011, s.32).

Bulgular

Ölçeğin güvenilirliğini test etmek için madde analizi üzerinden hesaplanan iç tutarlılık (cronbach alpha) katsayısı 26 maddelik tüm ölçek için .84 olarak bulgulanmıştır. Test-tekrar test sonuçları incelendiğinde de ilk uygulama ile ikinci uygulama arasında alınan puan ortalamalarında farklılık gözlenmemiştir ($r=.72$; $p<0.01$). Sonuç olara birinci ile ikinci uygulama arasında korelasyon katsayıları istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Tüm bu verilere göre ölçeğin Türkçe uyarlamasının iki uygulama arasında benzer ölçüm yaptığı söylenebilir.

Çalışma 3: Yapı Geçerliği

Örneklem Grubu

Bu aşamada ölçeğin açılımlı faktör analizleri güvenilirlik çalışmasında değerlendirmeye alınan katılımcıların verileri ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılan katılımcılar 163 kadın (%60) 107 erkek (%40) toplam 270 kişiden oluşmuştur ($X = 26.77$, $Ss = 6.47$).

İşlem

Bu aşamada sadece GTİÖ-KF ve cinsiyet ve yaşı değişkenini soran bilgilendirilmiş onam formu kullanılmıştır. Ölçeğin tamamlanması ortalama 6 dakika sürmüştür. Yüz yüze toplanan verilerde katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş onam formu üzerinde yazılan bilgiler okunmuş, gönüllü olarak katılabilecekleri vurgulanmıştır.

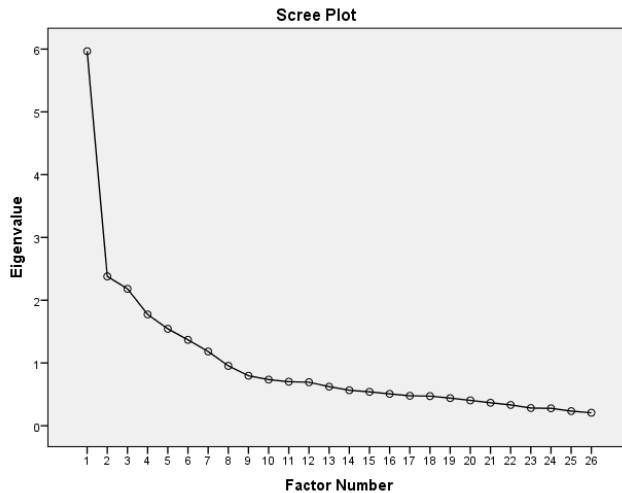
Analiz Stratejisi

GTİÖ-KF'nin yapısını ortaya çıkarmak ve özgün formunda açıklanan yapıyı test etmek için bu aşamada açılımlı faktör analizi SPSS 20.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Faktör analizi principal axis factoring yöntemi, direct oblimin rotasyon tekniğiyle gerçekleştirilmiştir. Faktör analizi birbirleriyle ilişkili birden fazla değişkeni toplayarak az sayıda kavramsal olarak anlamlı yeni değişkenler bulmayı hedefleyen çok değişkenli olan bir istatistik olarak görülmektedir. Bir diğer deyişle maksimum varsayansı açıklayan az sayıda faktöre ulaşmayı amaçlayan ve değişkenler arasındaki ilişkilere dayalı bir analitik tekniktir (Büyüköztürk, 2002).

Verilerin faktör analizine uygunluğunu ölçmek amacıyla KMO ve Bartlett testleri yapılmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda KMO .806 ve Bartlett testi χ^2 değeri ise 2412.85 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. KMO'nun .60'dan yüksek olması ve Bartlett testinin de anlamlı olması verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir (Kalaycı, 2005). Faktör yapısının belirlenmesinde faktör özdeğerlerinin (eigenvalue) 1 ya da 1'in üzerinde olması ölçüt (Büyüköztürk, 2002) olarak alınmıştır. Bir maddenin yer aldığı faktörde .30" ve üstü bir faktör yüküne sahip olması, maddelerin buldukları faktörlerdeki yük değerleri ile diğerleri arasında farkın en az .10 olması ölçütleri (Büyüköztürk, 2002) gözetilmiştir.

Bulgular

26 maddelik ölçek analiz edildiğinde, ilk 7 faktörün toplam varyansın %63.058'ini açıkladığı gözlenmiştir. 7 faktörün özdeğerleri (Eigen Values) sırasıyla 5.967, 2.379, 2.181, 1.773, 1.544, 1.368 ve 1.183 olarak bulgulanmıştır. Bu 7 faktörlü yapıyı incelediğimizde, birinci faktörün toplam varyansa katkısı %22.9 iken, ikinci faktörün %9.1, üçüncü faktörün %8.3, dördüncü faktörün %6.8, beşinci faktörün %5.9, altıncı faktörün %5.2 ve son faktörün %4.5'lik katkı yaptığı bulgulanmıştır.



Şekil 1 AFA sonuçlarına göre yamaç eğim grafiği

Yamaç eğim grafiği (Şekil 1) ve AFA sonuçları (Tablo 1) incelendiğinde 7 faktörlü bir yapının doğrulandığı, madde dağılımları incelendiğinde söz konusu yapının ölçeğin orijinal yapısına göre ve teorik olarak desteklenebilir olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 1

GTİÖ-KF'de Yer Alan Maddeler ve Faktör Yükleri

| | 1. Faktör | 2.Faktör | 3.Faktör | 4.Faktör | 5.Faktör | 6.Faktör | 7.Faktör |
|-----|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| M21 | .841 | | | | | | |
| M14 | .786 | | | | | | |
| M2 | .682 | | | | | | |
| M12 | .466 | | | | | | |
| M1 | | .765 | | | | | |
| M20 | | .629 | | | | | |
| M18 | | .582 | | | | | |
| M11 | | .556 | | | | | |
| M4 | | | .766 | | | | |
| M19 | | | .695 | | | | |
| M24 | | | .630 | | | | |
| M9 | | | .505 | | | | |
| M7 | | | | .728 | | | |
| M22 | | | | .597 | | | |
| M10 | | | | .417 | | | |
| M13 | | | | .396 | | | |
| M15 | | | | | .767 | | |
| M26 | | | | | .603 | | |
| M8 | | | | | .503 | | |
| M5 | | | | | | .608 | |
| M16 | | | | | | .599 | |
| M3 | | .318 | | | | .531 | |
| M17 | | | | | | .418 | |
| M25 | | | | | | | -.816 |
| M23 | | | | | | | -.796 |
| M6 | | | | | | | -.656 |

Çalışma 4: Doğrulayıcı Faktör Analizi

Örneklem Grubu

Çalışmaya 129 kadın (%51.2) ve 122 erkek (48.8) toplam 251 kişi katılmıştır. Veriler kolaydan örneklem yöntemi kullanılarak İstanbul ilinden katılımcılardan toplanmıştır. Katılımcıların yaşları 20 ile 45 arasında değişmektedir. Katılımcıların yaş ortalaması 26.9'dur (SS = 6.14).

İşlem

GTİÖ-KF Türkçe Formu ve katılımcıların cinsiyet ve yaşlarını soran iki form veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş onam formu üzerinde yazılan bilgiler okunmuş, gönüllü olarak katılabilecekleri vurgulanmıştır. Ölçeğin tamamlanması ortalama 6 dakika sürmüştür.

Analiz Stratejisi

Ölçeğin yapı geçerliliğini test edebilmek için yapısal eşitlik modellemesi kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. Lisrel 8.80 programı kullanılmıştır. Çalışma II'de gerçekleştirilen AFA sonuçları temel alınmıştır. DFA, AFA'ya göre faktör geçerliliğini ve yapılarını belirlemede daha güçlü bir analizdir (Bofah & Hannula, 2018). DFA analizleri AFA istatistiklerinden çok daha farklı yapısal katsayılar matrisi ve model uyum değerleri sunar, bu nedenle yapı geçerliliğini farklı şekilde ele alır (Marsh, Muthén, Asparouhov, Lüdtke, Robitzsch ve Morin, 2009; Schmitt & Sass, 2011). DFA analizleri bir ölçme aracının uyum çalışmalarında faktör yapılarının öngörülen madde dağılımlarına göre ayrışıp ayrışmadığını test etmek ve yapı anlamında ölçek ile

ölçülmek istenen değişkenleri belirlemek için kullanılır (Sümer, 2000). Yapısal eşitlik modellemesi ile yapılan analizlerde oluşan modellerin değişkenlerinin arasındaki ilişkilerin veriyle ne kadar örtüştüğünü test etmek için uyum iyiliği değerleri baz alınır. Ki-kare ile serbestlik derecesi arasındaki oranın en fazla 5 olması beklenir. Diğer yandan Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (YHOK; RMSEA: Root Mean Square of Approximation) ve Standardize Edilmiş Ortalama Hataların Karekökü (SEOHK; SRMR: Standardized Root Mean Square Residual) 0.10'un altında olmalı, KFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi/Comparative fit index) değerleri ise 0.90 ve üzerinde olmalıdır (Şimşek, 2007; Fossati, Maffei, Acquarini & Di Ceglie, 2003).

Bulgular

Tablo 3.1.'da görüleceği gibi DFA sonuçlarının uyum iyiliği değerleri yedi faktörlü modelin iyi bir model olduğunu ortaya koyan analizler verilmiştir. Ki-Kare ile serbestlik derecesi, KFI VE YHOK değerleri olumlu sonuçlar vermiştir. Böylece doğrulayıcı faktör analizi GTİÖ-KF'nin Rasyonellik (Ras), Kendini Değersizleştirme (Kde), Başarmak İrrasyonel İnanışları (Bii), Onaylanma İrrasyonel İnanışları (Oii), Konfor Arayışı (Ka), Adalet Beklentisi (Ab), Başkalarını Değersizleştirme (Bde) boyutlarını doğrulamaktadır.

Tablo 2

GTİÖ-KF'nin DFA analizleri uyum iyiliği değerleri

| Uyum İyiliği İstatistikleri | Yedi Faktörlü Model |
|-----------------------------|---------------------|
| χ^2 | 486.87 |
| sb | 276 |
| KUİ | .90 |
| AUİ | .90 |
| SEOHK | 0.061 |
| YHOK | 0.054 |
| Model ABK | 657.15 |
| BÇVİ | 2.41 |

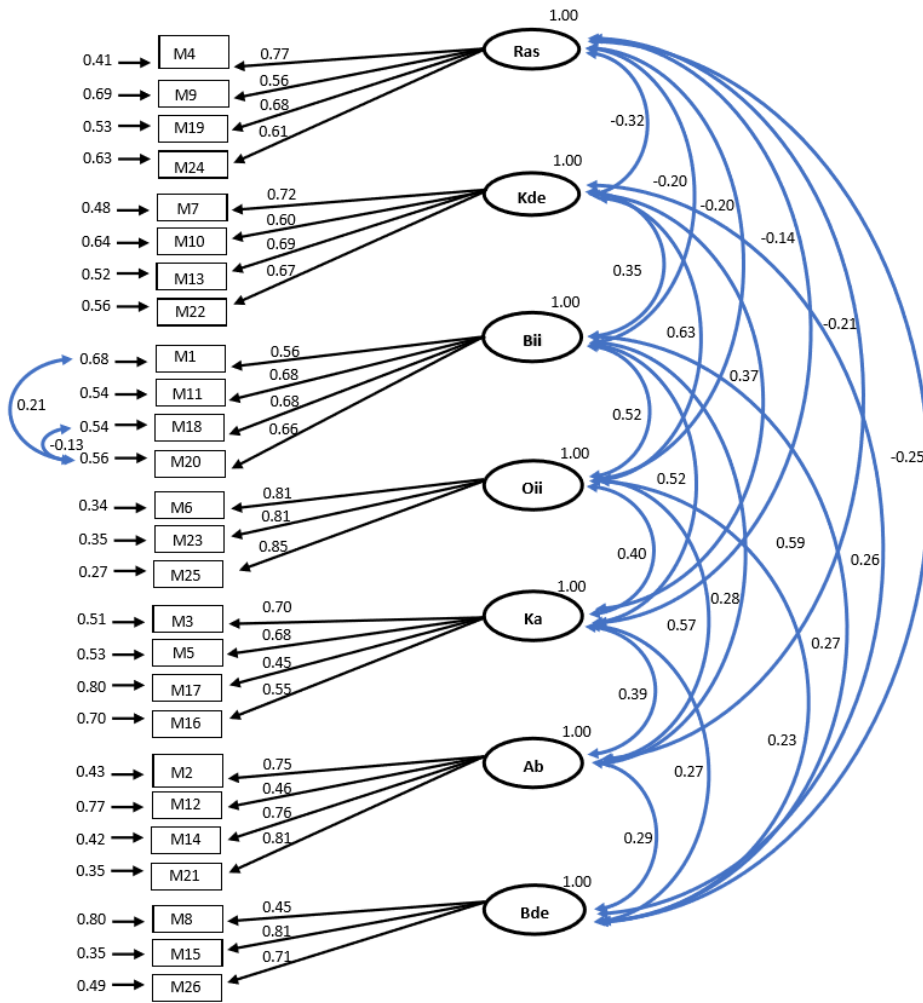
Notlar: N= 274; χ^2 (Kare Uyum Testi /Chi-Square Goodness); sb (serbestlik derecesi/ df: degree of freedom); KUİ (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi/ CFI: Comparative fit index); SEOHK (Standardize Edilmiş Ortalama Hataların Karekökü/SRMR: Standardized Root Mean Square Residual); AUİ (Artan Uyum İndeksi, IFI: Incremental Fit Index); YHOK (Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü/ RMSEA: Root Mean Square of Approximation); Model ABK (Akaike'nin Bilgilendirme Kriteri/Model AIC: Akaike Information Criteria); BÇVİ (Beklenen Çapraz-Validasyon İndeksi/ECVI: Expected Cross-Validation Index).

Yapısal eşitlik modellemesi (YEM) ile gerçekleştirilen modellerde örtük değişkenlerin birbirleri ile korelasyon katsayı ilişkisinin 0 ile 1 arasında değerler alması beklenir (Jöreskog ve Sörbom, 1993; 2000). Bu çalışmada tüm örtük değişkenlerin birbirleri ile ilişkileri bu aralıkta gerçekleşmiştir. Şekil 2'deki doğrulayıcı faktör analizleri standardize edilmiş değerler incelendiğinde tüm örtük değişkenlerin birbirleri ile arasındaki ilişkiler ise bu değişkenlerin birbirlerinden bağımsız olduğunu göstermektedir. Modele ait tüm uyum indeksleri kabul edilebilir değerler aldığından, ölçek maddelerinin ilgili yapıyla olan modellerinin uygun olduğu yargısına varılmıştır. Özetle, doğrulayıcı faktör analizleri yedi faktörlü yapıyı işaret etmektedir denilebilir. İUİ (İyilik Uyum İndeksi / GFI: Goodness of fit index) değeri .87 olarak bulgulanmıştır. Genel olarak yapısal eşitlik modellemesinde İUİ değeri 0.90 ve üzeri (Miles and Shevlin, 2007) kabul edilebilir değer olarak alınır ancak son yıllarda bu analizin oldukça hassas bir analiz olması nedeniyle model testleri için kullanılması tavsiye edilmemektedir (Sharma, Mukherjee, Kumar ve Dillon, 2005). Bu değer yerine AUİ değeri (.90) kriter olarak alınmıştır.

DFA T-değerleri

YEM modellerinde parametrelerin istatistiksel olarak anlamlı olabilmesi için t değerlerinin 2 ve üzerinde olması gerekmektedir (Yılmaz, 2004). Sonuçlar incelendiğinde tüm boyutların ilişkisinde t-değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Lisrel program ile gerçekleştirilen analizlerde T-test sonuçlarına bakıldığında T-değerlerinin 2.41 ile 11.79 arasında değiştiği gözlenmektedir. Yapısal eşitlik modellemelerinde elde edilen regresyon katsayısının anlamlı olabilmesi için t değerinin 1.96'dan büyük olması gerekir (Schumacker ve

Lomax, 2004). Dolayısıyla modeldeki gözlenen değişkenlerin örtük değişkenleri doğru bir şekilde temsil ettiği çıkarımı yapılabilir. Örtük değişkenler arasında sadece Ras ve Ka arasında -1.70 lik bir değer (kırmızı çizgi) bulunmuştur.



Şekil 2 Yedi faktörlü doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Not: Rasyonellik (Ras), Kendini Değersizleştirme (Kde), Başarmak İrrasyonel İnanışları (Bii), Onaylanma İrrasyonel İnanışları (Oii), Konfor Arayışı (Ka), Adalet Beklentisi (Ab), Başkalarını Değersizleştirme (Bde)

Çalışma 5: Ölçüt-Bağlantılı Geçerliliği

Örneklem Grubu

Çalışmaya 96 kadın (%56.8) ve 73 erkek (43.2) olmak üzere toplam 169 katılımcı gönüllü olarak iştirak etmiştir. Katılımcılar kolaydan örneklem yöntemi ile belirlenmiştir. Katılımcıların yaş ortalamaları 18 ile 43 arasında değişmektedir ($X = 28.59$, $Ss = 6.382$).

İşlem ve Değerlendirme Araçları

Türkçe formunun ölçüt-bağlantılı geçerliliğini belirlemek için GTİÖ-KF'nin Kısa Semptom Envanteri'nin (KSE) kaygı ve depresyon alt boyutları, Mutlak Gerçeklik İhtiyacı Ölçeği (MGİÖ) ve Ontolojik İyi Oluş Ölçeği'nin (OİÖÖ) tüm alt boyutları olan hiçlik, aktivasyon, umut ve pişmanlık değişkenleri ile ilişkililik gösterip göstermediğine bakılmıştır. Bu amaçla SPSS 20.0 programı kullanılarak analizlerde pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısına bakılmıştır.

Mutlak Gerçek İhtiyacı Ölçeği (MGİÖ)

Şimşek (2013) tarafından geliştirilen bu ölçek kişilerin kendileri hakkında mutlak gerçek ihtiyacını ölçmeye yönelik 5 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçek 5'li likert tipiyle hazırlanmıştır. Ölçekte yüksek puan almak, mutlak

gerçek ihtiyacının da fazla olduğuna işaret eder. 'Hep kendimle ilgili "gerçekleri" bulmak isterim', 'Bir gün gerçekten kim olduğumu keşfedeceğimi umut ederim' şeklinde maddeler içermektedir. Ölçek geçmiş çalışmalarda, depresyon, anksiyete gibi olumsuz ruh sağlığı değişkenleriyle pozitif; benlik ve öz saygı gibi değişkenlerle ise negatif korelasyonlar göstermiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .74 olarak bulunmuştur.

Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Derogatis (1992) tarafından geliştirilen, 53 maddeden oluşan Kısa Semptom Envanteri genel psikopatolojileri saptamak amacıyla kullanılmaktadır. Ölçek ergenlik çağındakiler ve yetişkinler için kullanılabilir. 5 alt ölçekten oluşan envanterin alt ölçekleri sırasıyla, anksiyete (13 madde), depresyon (12 madde), olumsuz benlik (12 madde), somatizasyonlar (9 madde), bir şeyleri yıkıp dökme isteği ile bağlantılı hostiliteyi (7 madde) ölçer. İlk olarak SLC-90 adıyla 90 madde olarak oluşturulan ölçek kısaltılıp daha etkili bir hale getirilmiştir (Tate, Kewman & Maynard, 1990; Hale, Cochran, Hedgebeth, 1984). KSE Türkçe uyarlama çalışmaları Şahin ve Durak (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .95 olarak bulunmuştur (Şahin ve Durak, 1994). Bu araştırma kapsamında sadece toplam 25 maddelik anksiyete ve depresyon alt ölçekleri kullanılmıştır.

Ontolojik İyi Oluş Ölçeği (OİÖ)

OİÖ ölçeği kişinin geçmiş, şimdi ve geleceğini 24 madde ile değerlendirerek kişinin yaşamının değerlendirilmesini amaçlamaktadır. Şimşek ve Kocayörük(2013) tarafından oluşturulan ölçek bunun yanında kişinin geçmiş, şimdi ve gelecek ile ilgili duygusal yargıları hakkında da ipucu verir. Ölçek dört faktörden oluşmaktadır; hiçlik, umut, pişmanlık, aktivasyon. Ölçekte pişmanlık, üzgün olma ve suçluluk ters puanlanmaktadır. Beşli skala sistemi ile 'hiç hissetmiyorum' ile 'çok hissediyorum' arasında kişinin kendisini değerlendirmesine dayalı bir ölçektir. (Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013) ölçeğin iç tutarlılık katsayısını .91 olarak rapor etmişlerdir. Test-tekrar test sonuçları ise tüm ölçekte .75, alt ölçeklere göre ise; hiçlik .70 , umut .89 , pişmanlık .92, aktivasyon .72 olarak hesaplanmıştır.

İşlem ve Bulgular

Tablo 3.2 incelendiğinde, GTİÖ-KF ile OİÖ'nin alt boyutları olan hiçlik ($r = -.25, p < .01$) , umut ($r = -.08, p > .05$) , pişmanlık ($r = .15, p < .05$), aktivasyon ($r = -.06, p > .05$) ilişkisel saptanmıştır GTİÖ-KF ile KSE depresyon alt boyutu arasında ($r = .34, p < .01$) ve anksiyete alt boyutu arasında ($r = .42, p < .01$) pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. GTİÖ-KF ile MGIÖ ilişkisel $r = .31 (p < .05)$ olarak bulunmuştur.

Tablo 3

GTİÖ-KF'nin araştırma değişkenleri ile ilişkileri

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|-----------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|---|
| 1 GTİÖ-KF | 1 | | | | | | | |
| 2 PISMAN | .152* | 1 | | | | | | |
| 3 AKTV | -.060 | .245** | 1 | | | | | |
| 4 HIÇLIK | .252** | .614** | -.010 | 1 | | | | |
| 5 UMUT | -.084 | .207** | .456** | -.095 | 1 | | | |
| 6 KSEDEP | .341** | .439** | -.022 | .600** | -.091 | 1 | | |
| 7 KSEANK | .420** | .377** | .015 | .550** | -.022 | .819** | 1 | |
| 8 MGIÖ | .306** | .178* | -.124 | .337** | -.074 | .449** | .508** | 1 |

* $p < .05$ **, $p < .01$ GTİÖ-K: Genel Tutum ve İnanışlar Ölçeğinin Kısa Formu, PISMAN: OİÖ Pişmanlık alt boyutu, HIÇLIK: OİÖ Hiçlik alt boyutu, AKTV: OİÖ Aktivasyon alt ölçeği, UMUT: OİÖ Umut alt ölçeği, KSEDEP: Kısa Semptom Envanteri depresyon alt ölçeği, KSEANK: Kısa Semptom Envanteri anksiyete alt ölçeği, MGIÖ: Mutlak Gerçek İhtiyacı Ölçeği.

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Rasyonel Duygucu Davranışçı Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi ABC modelinin 'B'sine yani bilişlere odaklanır (Dryden ve Neenan, 2004). İrrasyonel inanışlar sağlıklı, akılcı olmayan, gerçeklikten uzak ve işlevsiz düşünce yapılarını temsil eder (Ellis ve Dryden, 1997; DiGiuseppe ve ark., 2014). Psikolojik tedavi süreçlerinde, danışanların irrasyonel inanışlarını tespit etmek ve bu inanışların hangi düzeyde olduğunu belirlemek tedavi planlarının hazırlanmasında önemlidir. İrrasyonel inanışlar kişilerin yaşantılarındaki olaylara yanlış anlamlar yüklemelerine, hatalı değerlendirmeler yapmalarına ve bu dolayısıyla psikolojik sağlıklarının olumsuz etkilemesine sebep olur (Ellis, 1962, 2001, DiGiuseppe ve ark., 2017). Bu inanışların tanımlamalarının ve sınıflandırmalarının yapılmasına ihtiyaç vardır (MacInnes, 2003). Böylece Türkçe'ye kazandırılmış psikiyatride ve klinik psikolojide kullanılacak ölçeklerle tedavi süreçleri daha iyi yürütülebilecektir. Bu amaçla geçerliliğinin ve güvenilirliğinin yüksek olduğu araçların kullanılmasına ihtiyaç vardır.

Bu araştırmada Lindner ve ark. (1999) tarafından geliştirilen GTİÖ-KF'nin Türkçe uyarlamasına yönelik bulgular değerlendirilmiştir. Araştırma beş ayrı çalışmadan oluşmuştur: İlk çalışmada ölçeğin çeviri süreci ve dil eşdeğerliliği, ikinci çalışmada güvenilirlik analizleri ve test tekrar test analizleri, üçüncü çalışmada açılımlı faktör analizi, dördüncü çalışmada doğrulayıcı faktör analizi, beşinci çalışmada da ölçüt-bağıntılı geçerliliği analizleri gerçekleştirilmiştir.

Elde edilen bulgulara göre ölçeğin dil eşdeğerliliği çalışmasında elde edilen bulgular orijinal versiyonu ile Türkçe versiyonun arasında bulunan korelasyonun yüksek olduğunu göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayı oranlarının kabul edilebilir değerler içerisinde olduğu görülmüştür. Bu da ölçeğin Türkçe'ye uyarlanmış formunun güvenilir olduğuna işaret etmektedir. Test tekrar-test analizleri de güvenilirlik bulgularını destekler nitelikte sonuçlar vermiştir. GTİÖ-KF'nin ölçüt-bağıntılı geçerliliği analizlerinde diğer psikolojik değişkenlerle ilişkisi anlamlı çıkmıştır. Bu sonuçlar ölçeğin orijinal halinin geliştirilmesi sırasında yapılan araştırma sonuçları ile örtüşmektedir, örneğin GTİÖ-KF ve Beck Depresyon Envanteri ilişkisi orta derecede ($r=.43$), başka bir RDDT kuramı temelli ölçek olan İrrasyonel İnanışlar Envanteri ile ilişkisi yüksek derecede ($r=.75$) olarak bulgulanmıştır (Wertheim and Poulakis, 1992). Bu araştırma, Urfa ve Urfa'nın (2019) açılımlı faktör analizi, test tekrar test analizleri ve ölçüt-bağıntılı geçerlilik testleri olmaksızın kısmi olarak yaptıkları ölçeğin uyarlama çalışmasının (sözkonusu çalışma sadece güvenilirlik analizi, madde analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik katsayısının hesaplanmasını içermekteydi) daha geniş örnekleme çalışılmış ve daha ayrıntılı analizler içeren halidir. Urfa ve ark.'nın (2019) yaptıkları iki bulgu olan DFA bulguları, güvenilirlik değerleri bu araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Çivitçi (2003; 2016) ve Türküm (2016) de araştırmalarında geliştirdikleri irrasyonel inanışları ölçen ölçme araçlarını ülkemizde test etmişler ve istatistiksel olarak sosyodemografik değişkenler ve diğer psikolojik değişkenler (örneğin çocuklarda depresyon, sınav kaygısı) bakımından anlamlı ilişkiler bulmuşlardır.

GTİÖ-KF yeni bir ölçek sayılmaz, geçerlilik ve güvenilirliği yüksek olan ve eski bir geçmişi olan başka iki ölçekten türetilmiş bir ölçme aracıdır (Burgess, 1986; DiGiuseppe, Leaf, Exner ve Robin, 1989). RDDT kuramının temel niteliklerini de yansıtan bir araçtır (Lindner ve ark., 1999). Ancak RDDT kuramında son yıllardaki gelişmeler ışığında tekrar değerlendirildiğinde, ölçeğin güncel kuramsal temellerden uzak varsayımlara göre oluşturulduğunu söylemek de mümkündür. Çünkü aslında RDDT ölçeklerinin dört irrasyonel inanışı ölçmesi (e.g. ABS-II ölçeği) beklenmektedir. Orijinal araştırmada ve bu araştırmada kavramsal yapı güncel kuramsal beklentiler ışığında bulgulanmamıştır. Yine de GTİÖ-KF, irrasyonel ve rasyonel inanışları ölçmesi bakımından alan yazında ve uygulamada geçerliliği ve güvenilirliği olan önemli bir ölçme aracı olarak kabul edilebilir. Çünkü RDDT kuramı üzerinde çalışma yapan son dönem araştırmacılar irrasyonel inanışları iki sınıfta ele almaya başlamıştır: Birincisi, dört irrasyonel inanışın 'işlemsel' bilişsel yapılar olduğunun vurgulandığı çalışmalar, ikincisi, GTİÖ-KF'de de olduğu gibi onaylanma, konfor arayışı, adalet beklentisi ve üç temel psikolojik ihtiyaç (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) irrasyonel inanışlar (Artıran, 2015) benzeri 'unsur' irrasyonel inanışları olarak ele alındığı çalışmalar.

GTİÖ-KF'nin yapı geçerliliğini ölçmek amacıyla açılımlı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonuçları incelendiğinde orijinal formunun yapısına uygun sonuçlar elde edilmiştir. AFA analizlerine göre yedi faktörlük bir yapı ortaya çıkmıştır. Gerçekleştirilen DFA analizinde yedi faktörlü model iyi uyum değerleri vermiştir. Dolayısıyla ölçeğini İngilizce formu ile Türkçe formu arasında yapı olarak bir farklılık yoktur. Ölçek RDDT teorisi açısından son araştırmalarda belirlenmiş olan dört irrasyonel inanışa uygun olarak kurgulanmamıştır. Bu nedenle ölçeği, ayrı ayrı faktör yapıları ile ve tek bir faktör (irrasyonel inanışlar) halinde bilimsel araştırmalarda kullanmak kuramsal açıdan uygun olabilir.

Bu araştırmanın sonuçları ışığında GTİÖ-KF'nin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir. Ölçek Türkçe araştırmalarda kullanılmaya uygundur. Ayrıca psikoterapi ve psikolojik danışmanlık uygulamalarında RDDT ve BDT ile çalışılırken, danışanların bilişsel yapılarındaki irrasyonel ve rasyonel inanışları ölçmek, tedavi sürecindeki değişimleri takip etmek amaçlı da kullanılabilir. Bir Batı psikoterapi kuramı olan RDDT ve BDT'nin bir başka kültürde (örneğin Ortadoğu) test edilmesi, bu kuramların kültüre uyumlu kuramlar haline gelmesine yardımcı olabilir (Artıran, 2019). Gelecekte farklı madde analizi teknikleri kullanılarak çalışmanın tekrar edilmesi önerilebilir. Ayrıca GTİÖ-KF'nin başka psikolojik değişkenlerle ve daha geniş örneklem üzerinde tekrar test edilmesi yerinde olacaktır. Bu araştırmanın sınırlılıklarından biri klinik örneklemle çalışılmamış olmasıdır. Gelecekte ölçeğin klinik ortamlarda test edilerek özellikle alt boyutları bakımından faktör yapısının değişip değişmediğinin netleştirilmesi sağlanabilir.

KAYNAKÇA/REFERENCES

- Artıran, M. (2019). *A Cross-Cultural Redefinition of Rational Emotive and Cognitive Behavior Therapy: From the West to the Middle East*. Routledge. New York, USA. doi.org/10.4324/9780429276873
- Artıran, M. (2015). *Akılcı duygucu davranışçı kuram ve öz-belirlenim kuramı çerçevesinde yeni bir ölçek: Akılcı-duygucu öz-belirlenim (ADÖB) ölçeğinin geliştirilmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). İstanbul Arel Üniversitesi SBE, İstanbul.
- Bernard, M. E. (1998). Validation of the General Attitude and Belief Scale. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 16(3):183-196.
- Bland, J. & Altman, D. (1997). *Statistics notes: Cronbach's alpha*. BMJ. 314:275.
- Burgess, P. (1986). *Belief Systems and Emotional Disturbance: Evaluation of the Rational Emotive Model*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Melbourne, Parkville, Melbourne, Australia.
- Bofah, E. A. T., & Hannula, M. S. (2015). *Studying the factorial structure of Ghanaian twelfth-grade students' views on mathematics*. In *From beliefs to dynamic affect systems in mathematics education* (pp. 355-381). Springer, Cham.
- Büyükoztürk, Ş. (2002). "Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı". *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 8(32):470-483.
- Büyükoztürk, Ş. (2002). *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı*, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Büyükoztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara
- Çivitçi, A. (2003). *Akılcı duygusal eğitimin ilköğretim öğrencilerinin mantıkdışı inanç, sürekli kaygı ve mantıklı karar verme düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Çivitçi, A. (2016). Ergenler için mantık dışı inançlar ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25).
- Derogatis L.R. (1992). *The Brief Symptom Inventory (BSI) Administration, Scoring and Procedures Manual II*. Clinical Research Inc. (Akt. Şahin NH, Durak A (1994) Kısa Semptom Envanteri: Türk Gençleri için Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31): 44-56.
- DeVellis R. (2003). *Scale development: theory and applications: theory and application*. Thousand Okas, CA: Sage; 2003.
- DiGiuseppe, R. A., Doyle K. A., Dryden, W. & Backx, W. (2017). *Rasyonel Duygucu Davranışçı Terapi Uygulamacısının Bir Kılavuzu* (Çeviri & Türkçe Bakışı Editörü: Dr. Murat Artıran), Nobel Yayınları, İstanbul.
- DiGiuseppe, R., Leaf, R., Exner, T. & Robin, M. W. (1988). *The Development of a Measure of Rational/Irrational Thinking*. Paper Presented at the World Congress of Behavior Therapy, Edinburgh, Scotland.
- DiGiuseppe, R., Robin, M. W., Leaf, R. & Gorman, B. (1989). *A Cross-validation and Factor Analysis of a Measure of Irrational Beliefs*. World Congress of Cognitive Therapy, Oxford, England.
- Dryden, W. & Neenan, M. (2004). *Rational Emotive Behavioural Counselling in Action* (3rd Edition), London : Sage Publishing.
- Ellis, A. (1962). *Reason and Emotion in Psychotherapy*, L. Stuart Publishing, New York.
- Ellis, A. & Harper, R. (1975). *A New Guide to Rational Living*, Prentice Hall Publishing, New Jersey.
- Ellis, A. (1990). Rational and Irrational Beliefs in Counseling Psychology. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behaviour Therapy*, 8(4): 221-231.

- Ellis, A. (1993). Reflections on Rational-Emotive Therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2): 199-201.
- Ellis, A. & Dryden, W. (1997). *The Practice Of Rational Emotive Behavior Therapy* (2nd Ed.), Springer Publishing Company, New York.
- Ellis, A. (2001). *Overcoming Destructive Beliefs, Feelings, and Behaviors*, Prometheus Books, New York.
- Ellis, A. & Harper, R. (2005). *Akılcı Yaşam Kılavuzu*, (çev. Akbaş Kunt S.), Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Froggatt, W. (2005). *A Brief Introduction into Rational Emotive Behaviour Therapy*, Hastings, Stortford Lodge, 1–15.
- Fülöp, I. E. (2007). A Confirmatory Factor Analysis Of The Attitudes And Belief Scale 2. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*, 7(2).
- Jones, R. G. (1968). *A factored measure of Ellis' irrational belief system with personality, maladjustment correlates* (Doctoral Dissertation, Texas Tech University, 1969). Dissertations Abstracts International B, 29, 4379
- Jöreskog, K.G., & Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: User's guide*. Chicago: Scientific Software.
- Jöreskog, K., & Sörbom, D. (2000). *LISREL [Computer Software]*. Lincolnwood, IL: Scientific Software, Inc.
- Hale, W.D., Cochran, C.D., Hedgebeth, B.E. (1984) Norms for the elderly on the Brief Symptom Inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52: 320-322.
- Hyland, P. (2014). *A Rational Emotive Behaviour Therapy Perspective on the Nature and Structure of Posttraumatic Stress Responses: The Mediating and Moderating Effects of Rational and Irrational Beliefs*. Doctorate Thesis. University of Ulster.
- Lindner, H., Kirkby R., Wertheim E., Birch P. (1999). A Brief Assessment of Irrational Thinking: The Shortened General Attitude and Belief Scale. *Cognitive Therapy and Research*, 23, No. 6, 1999, pp. 651-663.
- MacInnes, D. (2003). Evaluating an Assessment Scale of Irrational Beliefs for People with Mental Health Problems (Measurement Scales). *Nurse Researcher*, 10 (4), p. 53.
- Malouff, J. & Schutte, N. (1986). Development and Validation of a Measure of Irrational Belief. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(6): 860-862.
- Maultsby, M. (1975). *Help Yourself to Happiness*. Institute for Rational Living, New York.
- Miles, J. & Shevlin, M. (2007). A Time and a Place for Incremental Fit Indices. *Personality and Individual Differences*, 42(5): 869-874.
- Nunnally J. & Bernstein L. (1994). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill Higher, INC; 1994.
- Owings, L. R., Thorpe, G. L., McMillan, E. S., Burrows, R. D., Sigmon, S. T., & Alley, D. C. (2013). *Scaling Irrational Beliefs in the General Attitude and Belief Scale: An Analysis Using Item Response Theory Methodology*. In Sage Open, (3).
- Ralenala, M. (2010). *A case study of romantic disappointment: betrayal, rejection and irrational beliefs*. Doctoral dissertation, University of Johannesburg.
- Şahin N. H., Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk Gençleri İçin Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9:44-56.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness revisited: Ontological well-being as a theory-based construct of subjective wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 10, 505-522.
- Şimşek, Ö. F. (2013). Self-Absorption Paradox is not a Paradox: Illuminating the Dark Side of Self-Consciousness. *International Journal of Psychology*, 48(6): 1109- 1121.
- Şimşek, Ö. F., & Kocayörük, E. (2013). Affective reactions to one's whole life: Preliminary development and validation of the ontological well-being scale. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 309-343. doi:10.1007/s10902-012-9333-7.
- Marsh, H. W., Muthén, B., Asparouhov, A., Lüdtke, O., Robitzsch, A., Morin, A. J. (2009). Exploratory structural equation modeling, integrating CFA and EFA: Application to students' evaluations of university teaching. *Structural Equation Modeling*, 16 , 439–476.
- Schmitt, T. A. & Sass, D. A. (2011). Rotation criteria and hypothesis testing for exploratory factor analysis: Implications for factor pattern loadings and interfactor correlations. *Educational and Psychological Measurement*, 71 , 95–113.
- Sharma, S., Mukherjee, S., Kumar, A. & Dillon, W.R. (2005). A simulation study to investigate the use of cutoff values for assessing model fit in covariance structure models. *Journal of Business Research*, 58(1), 935-43.

- Schumacker, R. E. & Lomax, R.G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling*. 2nd ed. Londra: Lawrence Erlbaum Associates Inc. Publishers.
- Tate, D.G., Kewman D.G. & Maynard F. (1990) The Brief Symptom Inventory: Measuring psychological distress in spinal cord injury. *Rehabilitation Psychology*, 34(4): 211-216.
- Türküm, A. S. (2016). Akılcı olmayan inanç ölçeğinin geliştirilmesi* ve kısaltma çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19).
- Urfa, O. ve Urfa, D. T. (2019). Kısaltılmış Genel Tutum ve İnanç Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(12), 53-61.
- Yılmaz, V. (2004). Lisrel ile Yapısal Eşitlik Modelleri: Tüketici Şikayetlerine Uygulanması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2004/1
- Yurtal, F. (1999). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

İletişim/Correspondence

Dr. Murat Artıran
e-posta: dr.muratartiran@gmail.com

EK-1

Yönerge: Bu ölçekte insanların düşünce ve inanışları hakkında bazı ifadeler vardır. Doğru veya yanlış cevap yoktur sadece gerçekten inanıyorsanız ve ne düşünüyorsanız öyle derecelendirme yapınız. Lütfen ifadeleri dikkatlice okuyunuz ve ne kadar size uyup uymadığı hakkında bir derecelendirme yapınız.

| | |
|------------------------------------|---|
| Eğer tamamen katılıyorsanız | 5 |
| Eğer katılıyorsanız | 4 |
| Biraz katılıyorsanız | 3 |
| Nadiren katılıyorsanız | 2 |
| Hiç katılmıyorsanız | 1 |

numaralarını işaretleyiniz.

GTİÖ-KF

| | |
|--|-----------|
| 1. Benim için önemli olan şeylerde başarısız olmak çekilmezdir ve başarısız olmaya katlanamıyorum. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 2. Diğer insanların beni hesaba katmamasına dayanmam ve haksızlığa uğramaya katlanamam. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 3. Rahatsızlık, stres ve gerginlik içinde olmaya dayanamıyorum, stres ve gerginlik katlanılmaz bir şeydir. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 4. Benim için önemli olan şeylerde başarılı olmasam dahi kendimi bir birey olarak değerli görmeye devam ederim. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 5. Gergin ve stres içinde olmaya dayanamıyorum, bence aşırı gerginlik içinde olmak çekilmez bir durum. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 6. Yakınım olan insanların beni beğenmiyor olması berbat bir durum, onlar beni sevmiyorlarsa bu korkunçtur. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 7. Yakınım olan insanlar beni beğenmiyorlarsa bu benim beğenilmeye değer bir insan olmadığımdandır. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 8. Bana düşüncesizce davranıldığında, bu bana, dünyada ne kadar da kötü ve kendilerinden bir şey beklenmeyecek insanlar olduğunu düşündürür. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 9. Sevdiğim biri tarafından reddedilsem dahi kendimi olduğum gibi kabul edebilirim ve hala bir insan olarak değerli olduğumu düşünmeye devam ederim. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 10. Benim için önemli olan işleri iyi bir şekilde yerine getiremezsem bu benim değersiz işe yaramaz bir insan olduğumu gösterir. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 11. Önemli olan şeylerde düşük performans göstermek berbat bir şey ve böyle durumlar benim için felakettir. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 12. İnsanların bana saygısızca davranmasını felaketleştiririm, korkunç bir şey olduğunu düşünürüm. | ① ② ③ ④ ⑤ |

| | |
|--|-----------|
| 13. İnsanlar beni beğenmeyip reddetmesi benim işe yaramaz ve değersiz biri olduğum için. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 14. Haksızlığa uğramaya katlanamıyorum ve bence haksızlığa uğramak çekilmez bir durum. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 15. Bana haksızlık edenlerin kötü ve değersiz insanlar olduklarını düşünürüm. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 16. Hayatımda zorluk çıkmasına katlanamıyorum. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 17. Zorluk içinde olmak kokunç ve zor duruma düşürülmek felakettir. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 18. Önemli görevleri iyi yapamamak çekilmez bir şey, ve böyle görevlerde hata yapmaya katlanamıyorum. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 19. İnsanların genel olarak bana adaletli davranması önemlidir ancak adaletli davranmak zorunda olmadıklarının da farkındayım. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 20. Önemli işlerde başarılı bir performans sergileyemezsem bu çok korkunç bir şey olur. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 21. İnsanlar tarafından saygı görmemek çekilmez bir durum, saygısızlığa katlanamam. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 22. Önemli insanlar beni beğenmiyorlarsa, bu benim değersiz bir insan olduğumun göstergesidir. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 23. Beni sevmelerini istediğim insanlar tarafından sevilmesi ve kabul edilmeliyim, eğer sevmiyorlarsa bunu kabullenemem. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 24. Sevdiğim insanların beni sevmesini ve olduğum gibi kabul etmelerini isterim ancak sevmediklerinde, sırf ben istedim diye sevmek zorunda olmadıklarının da farkındayım. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 25. Beni sevmelerini istediğim insanların beni onaylamaması veya reddetmesi ve beni beğenmemeleri dayanılmaz bir durum. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 26. Eğer insanlar bana saygısızca davranıyorlarsa bu onların aslında ne kadar da kötü insanlar olduklarının bir işaretidir. | ① ② ③ ④ ⑤ |