

DURDUR/BAŞLAT KONTROL ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİLİRLİK ÇALIŞMASI

Asiye Yüksel Ağargün¹, Mehmet Yücel Ağargün², Zahid Emre Kösecik²

¹Boğaziçi Üniversitesi, GETEM, İstanbul

²Medipol Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İstanbul

Giriş: Özdenetim, “kişinin içsel tepkilerini değiştirme veya bastırmanın yanı sıra, istenmeyen davranış eğilimlerini (örneğin, dürtüler) kesintiye uğratma ve buna göre hareket etmekten kaçınma yeteneği” olarak tanımlanabilir. Özdenetimin iki farklı şekilde işleyebileceği öne sürülebilir: dürtüsel davranışların engellenmesi (durdur-kontrol) ve hedefe yönelik davranışların başlatılması (başlat-kontrol). De Boer ve arkadaşları (2011), durdur ve başlat kontrolü ayırımı doğrularak Durdur/Başlat Kontrol Ölçeği'ni geliştirmiştir. Bu çalışmanın amacı, Durdur/Başlat Kontrol Ölçeği'nin (DBKÖ) Türkçe formunun psikometrik özelliklerini incelemektir.

Yöntemler: Çalışmaya, Türkiye'de yaşayan 18–65 yaş arası toplam 240 katılımcı dâhil edildi. Örneklem, büyük oranda gönüllü üniversite öğrencilerinden oluşmaktaydı. Katılımcıların 137'si (%57,1) kadın, 103'ü (%42,9) erkekti. Katılımcıların yaş ortalaması 27,2 ± 8,1 idi. Psikiyatrik bir bozukluk tanısı, kötü fiziksel sağlık, belirgin hafıza ve öğrenme güçlükleri ile mevcut alkol veya madde kullanımı dışlama kriterleri olarak belirlendi. Etik kurul onayı (E- 10840098-772.02-4608; 16.8.2022) alındıktan sonra çalışma tüm katılımcılara anlatıldı ve yazılı bilgilendirilmiş onamları alındı. Ölçek, katılımcılar tarafından birbirinden bağımsız şekilde iki farklı zamanda (ortalama iki

hafta arayla) dolduruldu. Psikometrik özellikleri değerlendirmek için şu istatistiksel analizler yapıldı: iç tutarlılık (Cronbach alfa) ve test-tekrar test güvenilirliği (eşleştirilmiş t-testi ve Pearson korelasyon analizi).

Sonuçlar: Durdur ve Başlat Kontrol Alt Ölçekleri'nin her ikisinin de iç tutarlılığı kabul edilebilir düzeyde bulundu (Cronbach's α = .70 (Durdur), α = .71 (Başlat)). Eşleştirilmiş t-testi, Zaman 1 ve Zaman 2'deki tüm maddelerin puanlarının anlamlı düzeyde farklı olmadığını ortaya koydu. Ayrıca, durdur ve başlat toplam puanları da anlamlı farklılık göstermedi. Pearson korelasyon analizi, Zaman 1 ve Zaman 2'deki tüm maddelerin birbirleriyle anlamlı şekilde ilişkili olduğunu gösterdi.

Tartışma ve Sonuç: Bulgularımız, DBKÖ'nün Türk örneğinde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçler dâhil olmak üzere psikolojiyle ilgili alanlarda yapılacak çalışmalarda kullanılabileceği öngörülmektedir. Ayrıca, yeme bozuklukları, kişilik bozuklukları, dürtü kontrol bozuklukları ve dikkat eksikliği/hiperaktivite bozukluğunda özdenetimle ilgili araştırmalarda yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Durdurma/başlatma kontrol ölçeği, özdenetim