

ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Cilt: 13 Sayı: 69 Mart 2020 & Volume: 13 Issue: 69 March 2020
www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581
Doi Number: <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2020.3998>

DUYGU DURUMLARI PROFİLİ ÖLÇEĞİNİN YETİŞKİN ÖRNEKLEMİNDE PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF PROFILE OF MOOD STATES SCALE IN ADULT SAMPLE

Yeliz KINDAP TEPE*

Barış ERDAL**

Öz

Bu araştırmanın amacı yetişkin popülasyonlar için geliştirilen Duygu Durumları Profili Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırmaya Türkiye'nin 52 farklı şehrinde yaşayan 485 kişi katılmıştır. Katılımcıların 279'u (%57.5) kadın, 206'sı erkektir (%42.5). Katılımcıların yaş ortalaması 40.93'dür (S = 8.73, ranj = 30-73). Araştırmada Duygu Durumları Profili Ölçeği (McNair ve ark., 1971), UCLA Yalnızlık Ölçeği (Russell, Peplau ve Cutrona, 1980), Depresyon Ölçeği (Radloff, 1977) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçekleri (Rosenberg, 1965) kullanılmıştır. Duygu Durumları Profili Ölçeğinin faktör yapısını belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Sonuçlarda iki madde dışında maddelerin kendi alt boyutlarını temsil ettiği görülmüştür. Ölçeğin alt boyutlarının olumlu ve olumsuz mod profillerini temsil edip etmediğini belirlemek için temel bileşenler analizi yapılmış ve Duygu Durumları Profili Ölçeğinin olumlu (saygı ve enerji) ve olumsuz modu (gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık) güvenilir bir şekilde temsil ettiği belirlenmiştir. Ayrıca ölçeğin alt boyutlarının güvenilirliğinin .70-.88 arasında değiştiği belirlenmiş dolayısıyla tüm alt ölçeklerin yetişkin örnekleme için geçerli ve güvenilir olduğu ortaya konmuştur. Duygu Durumları Profili Ölçeğinin alt boyutları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği, Depresyon Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçekleri arasındaki Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bulgularda olumlu modu temsil eden alt boyutların Benlik Saygısıyla pozitif yönde ilişkili olduğu; Yalnızlık ve Depresyonla ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Olumsuz modu temsil eden alt boyutların ise Benlik Saygısıyla negatif yönde ilişkili olduğu buna karşı Yalnızlık ve Depresyon ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Duygu Durumları Profili Ölçeği, Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Depresyon.

Abstract

The aim of this study was to investigate the psychometric properties and adaptation of the Turkish version of the Profile of Mood States Scale for adult populations. Research was conducted with 485 people living in 52 different cities in Turkey and 279 (57.5%) of the participants were female and 206 (42.5%) were male. The mean age of the participants was 40.93 (S = 8.73, ranj = 30-73). The Profile of Mood States Scale (McNair et al., 1971), UCLA Loneliness Scale (Russell, Peplau and Cutrona, 1980), Depression Scale (Radloff, 1977) and Rosenberg Self-Esteem Scales (Rosenberg, 1965) were used in the study. Confirmatory factor analysis was performed to determine the factor structure of the Profile of Mood States Scale. In the results, it was observed that the substances represented their own sub-dimensions except for the two items. Factor analysis was conducted to determine whether the sub-dimensions of the scale represented positive and negative mood profiles, and it was determined that the Profile of Mood States Scale represented the positive (self-esteem and energy) and negative mood (stress, anger, fatigue, depression and confusion) reliably. In addition, it was found that the reliability of the sub-dimensions of the scale ranged from .70-.88 and therefore all the subscales were valid and reliable for the adult sample. The Pearson correlation coefficient between the subscales of the Profile of Mood States Scale and the UCLA Loneliness Scale, Depression Scale, and Self-Esteem Scale were calculated. In the findings, the sub-dimensions representing positive mood were positively related to Self-Esteem; Loneliness and depression were found to be negatively related. The sub-dimensions representing negative mood were negatively correlated with Self-Esteem, whereas it was found to be positively related to Loneliness and Depression.

Keywords: Profile of Mood States Scale, Self-Esteem, Loneliness and Depression.

* Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü.

** Doç. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Müzik Bilimleri Ana Bilim Dalı, (Sorumlu Yazar), berdalan@gmail.com



1. Giriş

McNair, Droppleman ve Lorr (1971) tarafından geliştirilmiş Duygu Durumları Profili (POMS) ölçeği geçici, değişken ya da farklı duygu (ruh hali) durumlarını değerlendirmek için kullanılan bir psikolojik değerlendirme ölçeğidir. Ölçek yurt dışında ilgili çalışmalarda kullanım rahatlığı, yönteminin basitliği ve kolay anlaşılma kapasitesiyle sıklıkla tercih edilmektedir. Orjinal versiyonu 65 maddeden olan ölçeğin kısaltılmış versiyonu 40 maddeden oluşmaktadır. İlk hali 6 temel boyuttan oluşan testin son şekli McNair, Lorr ve Droppleman (1992) tarafından 7 temel boyut olarak belirlenmiştir. Böylece ölçek, yorgunluk-uyuşukluk, öfke-düşmanlık, dinçlik-hareketlilik, karmaşa-şaşkınlık, depresyon-üzüntü, gerginlik-endişe ve arkadaşlık temel alt boyutları ile karakterize olmuştur.

Duygu Durumları Profili Ölçeği şimdiye kadar hem bir çok farklı dile çevrilmiş, hem de birçok farklı alanda kullanılmıştır. Ölçeğin farklı dillere uyarlanan en bilinen örnekleri Arapça (Aroian, Kulwicki, Kaskiri, Templin ve Wells, 2007), Almanca (Bullinger, Heinisch, Ludwig ve Geier, 1990), Çince (Chen, Snyder ve Krichbaum, 2002), Felemenkçe (De Groot, 1991), İspanyolca (Fernandez, Fernandez ve Pesqueira, 2000), Fransızca (Fillion ve Gagnon, 1999), Korece (Shin ve Colling, 2000), İbranice (Netz, Zeav, Arnon ve Daniel, 2005), Japonca (Yokoyama, Araki, Kawakami ve Tkakeshita, 1990) ve Türkçe (Selvi, Gulec, Aydin ve Besiroglu, 2011) olarak sıralanabilir. Bunun yanı sıra ölçeğin uykuyla ilgili çalışmalarda (Lewis, Blagrove ve M, Ebden, 2002; Kamdar, Kaplan, Kezirian ve Dement 2004); fizyolojik ve biyolojik değişkenler ile ruh hali arasındaki değişiklikleri inceleyen çalışmalarda (Hohlagschwandtner, Husslein, Klier ve Ulm, 2001; Nasta, Grussu, Quatraro, Cerutti ve Grella, 2002); farklı uygulamalardan sonra oluşan ruh hali değişikliklerini belirlemeye çalışan çalışmalarda (Kenny ve Faunce 2004; Woolery, Myers, Sternlieb ve Zeltzer, 2004); çeşitli spor aktivitelerine katılan bireylerle yapılan araştırmalarda (Goss, 1994; Fry ve diğerleri, 1995) ve klinik ortamlarda (Walker ve Sprague, 1988) bulunan kişilerin ruh halini belirlemek için sıklıkla kullanıldığı görülmektedir.

Testin iki şekli vardır: Bunlardan ilki öncelikle yetişkinlere uygulanan uzun form ve ergenlere uygulanan kısa formdur. Uzmanlara göre değerlendirmenin tamamlanması genellikle forma bağlı olarak 5-15 dakika sürebilmektedir. Ruh Halleri Profili ölçeğinin ilk versiyonu olan standart sürüm POMS'un uzun biçimi olarak bilinmektedir. Uzun formun sorunlarından biri ölçeğin çok fazla soru içermesidir. Bu nedenle aciliyet gerektiren durumlarda test süresinin uzun oluşu eleştirilmiştir. Diğer yandan Shacham (1983) tarafından uyarlanan ve POMS-SF olarak kullanılan ikinci versiyon POMS'un kısa formu olarak bilinmektedir. Kısa form uzun formda olduğu gibi ölçeğin tüm boyutlarını yansıtmaktadır. Kısa formun daha kısa sürelerde tamamlanabilmesi nedeniyle uzun forma iyi bir alternatif olduğu düşünülmektedir.

Ülkemizde Duygu Durumları Profili Ölçeği kullanan sınırlı sayıda araştırma olduğu ve bu araştırmaya konu olan ölçeğin daha çok psikiyatrik çalışmalarda kullanıldığı anlaşılmaktadır (Güzel ve ark., 2015; Özdemir ve ark., 2015; Özdemir ve ark., 2014). Dolayısıyla bu çalışmada, Duygu Durumları Profili Ölçeğiyle ilgili alandaki eksikliği giderebilmek için ölçeğin kısaltılmış versiyonunun Türkçeye uyarlanmasını yapmak ve doğrulayıcı faktör analizi özellikleri ile diğer psikometrik özelliklerini klinik olmayan bir grupta incelemek amaçlanmıştır. Duygu Durumları Profili Ölçeği kısa formunun Türkçeye uyarlanması daha önce Kındap Tepe ve Erdal (2019) tarafından genç yetişkin bireyler için yapılmış olup, bu çalışmada ölçeğin yetişkin bireyler üzerindeki psikometrik özellikleri incelenmiştir.

2. Yöntem

2.1. Örneklem

Bu araştırmaya Türkiye'nin 52 farklı şehrinde yaşayan 279'u (%57.5) kadın, 206'sı erkek (%42.5) toplam 485 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 40.93'dür ($S = 8.73$, ranj = 30-73).

2.2. Veri Toplama Araçları

Duygu Durumları Profili Ölçeği. Toplam 65 maddeden oluşan ölçek, ilk olarak McNair ve arkadaşları (1971) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek bireylerin genel ruh hali yapısının altı alt bileşenini tanımlamaktadır. Bunlar öfke, karmaşa-şaşkınlık, depresyon, yorgunluk, gerilim ve dinçliktir. Sonraki çalışmalarda bu boyutlar yedi farklı ruh halini değerlendirmek için tasarlanmıştır. Bunlar yorgunluk-uyuşukluk, öfke-düşmanlık, dinçlik-hareketlilik, afallamak-şaşkınlık, depresyon-üzüntü, gerginlik-endişe ve arkadaşlık. Her madde beş dereceli bir ölçek üzerinden puanlanmaktadır (1-hiç, 5-çok). Ölçek hem alt boyut temelli kullanılabilirliği gibi Toplam Duygu Durum Bozukluğu (TDDB) puanı elde edilerek de kullanılabilirliği.



TDDDB, olumsuz duygu durumu temsil eden alt ölçeklerin toplam puanından (gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık) olumlu duygu durumu temsil eden (saygı ve enerji) alt ölçeklerin toplam puanının çıkarılmasıyla hesaplanmaktadır. İlk yetişkinlik dönemindeki gençler için uyarılama çalışması Kındap-Tepe ve Erdal (2019) tarafından yapılmış olup ölçeğin alt boyutlarının Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı gerginlik alt boyutu için .82; kızgınlık alt boyutu için .83; yorgunluk alt boyutu için .89; depresyon alt boyutu için .89; saygı alt boyutu için .68; enerji alt boyutu için .86; ve karışıklık alt boyutu için .74 olarak bulunmuştur.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale). Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ölçekte toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 4 derece üzerinden değerlendirilmektedir (1- çok doğru, 4- çok yanlış, örnek madde, Genellikle davranışlarımdan memnunum.). Ülkemizde ölçeğin güvenilirlik çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin bu araştırmadaki Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .72 olarak bulunmuştur.

Depresif Belirtiler Ölçeği. Toplam 12 maddeden oluşan ölçek Radloff (1977) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5 derece üzerinden puanlanmaktadır (1-nadiren ya da hiçbir zaman, 5-çoğunlukla ya da her zaman, örnek madde, "Moralim bozuktu, bunalımdaydım."). Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Sayıl ve Kındap (2016) tarafından yapılmış olup Cronbach Alphası .85 olarak bulunmuştur. Bu araştırma kapsamında ise ölçeğin Cronbach Alphası .83'dür.

UCLA Yalnızlık Ölçeği: Sosyal ilişkilerden alınan doyumunu ölçek Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından klinik ve klinik olmayan gruptaki yetişkinler için geliştirilmiştir. Ölçek toplam 20 maddeden (8 ters ve 12 düz) oluşmaktadır (örnek madde, "Kendimi grup dışına itilmiş hissediyorum"). Her bir madde dört dereceli ölçek üzerinden değerlendirilmektedir (1- hiç yaşamam, 4- sık sık yaşarım). Ölçekten elde edilen yüksek puan bireyin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik güvenilirlik çalışması Demir (1989) tarafından 18-51 yaş grubundaki klinik ve klinik olmayan grupta yapılmış, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .96, beş hafta arayla uygulanan test-tekrar test yöntemi elde edilen korelasyon katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ölçeğin 9 maddelik kısa formu kullanılmış olup Cronbach Alphası .82 olarak bulunmuştur.

3. İşlem

Araştırma, Google Formlar kullanılarak oluşturulan https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSewNQLV0mr9LMYF85sp73aLxVY635H2EUyMqgNaZqBRILiwgw/viewform?usp=sf_link adresindeki formun kartopu metodu ile internet üzerinden Türkiye genelindeki katılımcılara ulaştırılması yoluyla gerçekleştirilmiştir. Uygulama öncesinde katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulup araştırmanın kapsamı hakkında bilgi verilmiş, bilgilerin gizli kalacağı yazılı olarak sunulmuştur. Uygulamalar toplam 15 dakika sürmüştür.

4. Bulgular

Araştırmada Duygu Durumları Profili Ölçeğinin psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla Doğrulamalı Faktör Analizi Lisrel 8.54 (Jöreskog ve Sörbom, 1999) programı kullanılarak yapılmıştır. Analizde Kovaryans Matrisleri oluşturulmuş ve en yüksek olasılık tahmini (maximum likelihood estimation) kullanılmıştır. Araştırma verisi incelendiğinde tek yönlü ve çok yönlü normallik sayıtlısının sağlanmadığı (örn., skewness ve kurtosis) görülmüş bu nedenle asimptotik kovaryans matrisi kullanılmış ve Satorra-Bentler Ki Kare (SBS_ χ^2 Satorra-Bentler, 1994) değeri temel alınmıştır. Modelin uyumuyla ilgili olarak, χ^2 (Ki-Kare) testinin örneklem büyüklüğüne duyarlı olması nedeniyle sd/χ^2 oranı ölçütlü dikkate alınmış, 1/5'in altındaki oran, iyi uyum olarak değerlendirilmiştir. Önerilen model ile verinin uyumu RMSEA (Root-Mean-Square Error of Approximation), CFI (Comparative Fit Indices) ile değerlendirilmiştir. Bu araştırma için kabul edilebilir uyum indeksleri RMSEA için .08 ve altı (Hu ve Bentler, 1999); CFI için .95 ve üzeri olarak belirlenmiştir. Ayrıca ölçeğin ölçüt bağıl geçerliği ve güvenilirlik analizleri SPSS 18 programı kullanılarak değerlendirilmiştir.

4.1. Doğrulamalı Faktör Analizi

Yetişkin örnekleminde Duygu Durumları Profili Ölçeğinin faktör yapısını belirlemek için doğrulamalı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulamalı faktör analizi sonucunda SBS_ χ^2 (719, N = 485) = 2499.88, $p < .001$, RMSEA = .07, CFI = .95 yedi faktörlü model ile verinin iyi uyum gösterdiği görülmüştür. Modeldeki tüm standartlaştırılmış faktör yükleri incelendiğinde mahcup ve utanmış maddeleri dışında tüm maddelerin faktör yüklerinin .36 üzerinde olduğu belirlenmiştir. Kındap-Tepe ve Erdal (2019) tarafından



yapılan çalışmayla benzer şekilde saygı alt boyutunda yer alan mahcup ve utanmış maddelerinin ters kodlanmasından kaynaklı olarak anlaşılmadığı ve bulunduğu faktörle yüksek korelasyon göstermediği düşünülmüş ve analiz dışı bırakılmasına karar verilmiştir. Kındap-Tepe ve Erdal (2019) tarafından yapılan çalışmada kızgınlık alt boyutunda yer alan ikinci maddenin faktör yükünün düşük olması nedeniyle çıkarılmasına karar verilirken bu araştırmada anılan maddenin faktör yükünün yeterli düzeyde olduğu görülmüştür. Gerginlik alt boyutu için faktör yüklerinin .48 ile .84; kızgınlık alt boyutu için .47 ile .81; yorgunluk alt boyutu için .70 ile .80; depresyon alt boyutu için .57 ile .76; saygı alt boyutu için .50 ile .75; enerji alt boyutu .71 ile .86; ve karışıklık alt boyutu için .36 ile .69 arasında değiştiği ve bu değerlerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür.

Tablo 1: Duygu Durumları Profili Ölçeğinin Standartlaştırılmış Faktör Yükleri

Alt boyut	Madde	Faktör yükü
Gerginlik	Gerilmiş	.60
	Aşırı hassas	.48
	Tedirgin	.79
	Huzursuz	.84
	Asabi	.60
Kızgınlık	Kaygılı	.72
	Kızgınlık	.71
	Asık suratlı	.61
	Sinirli	.79
	Kinci	.47
Yorgun	Barut gibi	.71
	Öfkeli	.81
	Bitkin	.70
	Yorgun	.76
	Tükenmiş	.80
Depresyon	Bezmiş	.79
	Halsiz	.73
	Mutsuz	.70
	Üzgün	.71
	Umutsuz	.73
Saygı	Hevesi kırılmış	.76
	Zavallı	.57
	Çaresiz	.73
	Değersiz	.64
	Gururlu	.50
Enerji	Utlanmış (R)	.02
	Yetenekli	.71
	Kendine güvenen	.75
	Memnun	.64
	Mahcup (R)	.03
Karışıklık	Hareketli	.78
	Aktif	.82
	Enerjik	.86
	Girişken	.68
	Diñç	.71
Karışıklık	Kafası karışmış	.69
	Odaklanamamış	.66
	Şaşkın	.36
	Unutkan	.49
	Kararsız	.57

Doğrulamalı faktör analizi sonucunda elde edilen faktörler arasındaki yapısal korelasyonlar incelendiğinde gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık alt boyutları arasında pozitif yönde ilişkili olduğu; buna karşı saygı ve enerji alt boyutlarının diğer alt boyutlarla negatif yönde bir ilişkili olduğu görülmüştür.

Tablo 2: Gizil değişkenler arasındaki yapısal korelasyonlar

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. Gergin	-					
2. Kızgın	.77***	-				
3. Yorgun	.77***	.56***	-			
4. Depresyon	.90***	.65***	.87***	-		
5. Karışıklık	.88***	.69***	.83***	.90***	-	
6. Saygı	-.08	.09	-.20**	-.31***	-.06	-
7. Enerji	-.14*	-.05	-.30***	-.32***	.85***	-.12*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$



Bu araştırmaya konu olan Duygu Durumları Profili Ölçeğinin olumlu duygu durumu (saygı ve enerji) ve olumsuz duygu durumu (gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık) ölçen alt ölçeklerinin birbirinden ayırışıp farklı iki yapıyı temsil edip etmediğini belirlemek için temel bileşenler analizi yapılmıştır. Verilerin ve örneklem büyüklüğünün analiz için uygunluğunu sınamak amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri hesaplanmış ve değerinin .80 olduğu ve verinin analiz için uygun olduğu görülmüştür. Yapılan temel bileşenler analizi sonucunda, özdeğeri 1'den büyük olan ve varyansın %77.20'sini açıklayan iki faktör elde edilmiştir. Özdeğer grafiği incelendiğinde 2 faktörlü çözümlemenin uygun olduğu görülmüştür. Varimax rotasyonu kullanılarak yapılan analize göre birinci faktörün toplam varyansın %52.25'ini; ikinci faktörün ise toplam varyansın %24.94'ünü açıkladığı görülmüştür. Temel bileşenler analizi sonucu Duygu Durumları Profili Ölçeğinin olumlu ve olumsuz duygu durum alt ölçeklerinin iki ayrı boyutta temsil edildiğine işaret etmiştir (bkz., Tablo 3).

Tablo 3: Olumlu ve Olumsuz Duygu Durum Alt Ölçeklerinin Varimax Rotasyonlu Faktör Örüntüsü

Değişkenler	Olumsuz Duygu Durum	Olumlu Duygu Durum
Gerginlik	.90	
Depresyon	.89	
Yorgunluk	.84	
Karışıklık	.82	
Kızgınlık	.74	
Saygı		.90
Enerji		.87
Özdeğer	3.66	1.75
Açıklanan Varyans	52.25	24.94

4.2. Ölçüt Bağlı Geçerliliği

Ölçeğin ölçüt geçerliğini belirleyebilmek için Duygu Durumları Profili Ölçeğinin alt boyutları ile UCLA yalnızlık ölçeği, Depresyon ölçeği ve Benlik saygısı ölçekleri arasındaki Pearson korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Sonuçta olumlu duygu durumu temsil eden alt boyutların benlik saygısıyla pozitif yönde ilişkili olduğu; yalnızlık ve depresyonla ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Olumsuz duygu durumu temsil eden alt boyutların ise benlik saygısıyla negatif yönde ilişkili olduğu; buna karşı yalnızlık ve depresyon ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir (bkz. Tablo 4).

Tablo 4: Değişkenler arasındaki Pearson Korelasyon Katsayısı

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Gergin	-								
2. Kızgın	.70***	-							
3. Yorgun	.67***	.46***	-						
4. Depresyon	.76***	.56***	.74***	-					
5. Karışıklık	.69***	.54***	.64***	.67***	-				
6. Saygı	-.01	.07	-.15***	-.25***	-.01**	-			
7. Enerji	-.08	.03	-.26***	-.29***	-.06	.72***	-		
8. Benlik Saygısı	-.36***	-.36***	-.31***	-.48***	-.37***	.35***	.28***	-	
9. Yalnızlık	.34***	.25***	.26***	.44***	.28***	-.37***	-.35***	-.48***	-
10. Depresyon	.53***	.41***	.55***	.62***	.49***	-.35***	-.41***	-.53***	.53***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

4.3. Güvenirlilik Analizi

Duygu Durumları Profili Ölçeğinin alt boyutlarının Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı incelendiğinde gerginlik alt boyutu için .81; kızgınlık alt boyutu için .84; yorgunluk alt boyutu için .87; depresyon alt boyutu için .87; saygı alt boyutu için .73; enerji alt boyutu .88; ve karışıklık alt boyutu için .70 olarak bulunmuştur.

5. Tartışma ve Sonuç

Duygu Durumları Profili Ölçeğinin kısa formunun Türkçeye uyarlama çalışması Kındap-Tepe ve Erdal (2019) tarafından ilk yetişkinlik dönemindeki gençler üzerinde yapılmıştır. Bu araştırmada ise ölçeğin kısa formunun ortayaş dönemindeki yetişkinlerde psikometrik özelliklerini incelemesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları birkaç istisna dışında ortayaş dönemindeki kişiler için de geçerli olduğunu göstermiştir. Orjinal ölçekten farklı olarak Kındap Tepe ve Erdal (2019) çalışmasına benzer şekilde mutsuz ve üzgün maddelerinin kültürümüzde benzer şekilde algılandığı ve maddeler arasındaki hataların ilişkilendirilmesi önerilmiştir. Bundan sonraki araştırmalarda depresyon ve diğer ruh hali durumlarıyla ilişkili olabileceği düşünülen mutsuz kelimesinin kullanılması uygun bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yükleri incelendiğinde Kındap-Tepe



ve Erdal'ın (2019) birinci çalışmasına benzer şekilde mahcup ve utanmış maddeleri dışında tüm maddelerin faktör yüklerinin .40 üzerinde olduğu görülmüştür. Mahcup ve utanmış maddelerinin ters kodlanmasından kaynaklı olarak anlaşılmadığı ve bulunduğu faktörle yüksek korelasyon göstermediği düşünülmüş ve analiz dışı bırakılmasına karar verilmiştir. Diğer yandan Kindap-Tepe ve Erdal'ın (2019) ilk çalışmasından farklı olarak bu çalışmada kızgınlık alt boyutunda yer alan ikinci maddesinin faktör yükünün yeterli düzeyde olduğu ve katılımcılar tarafından anlaşıldığı belirlenmiştir. Ayrıca alt boyutlar arasındaki ilişkiler incelendiğinde önceki araştırma bulgularıyla tutarlı olarak gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık alt boyutları arasındaki korelasyonun pozitif yönde ilişkili olduğu; buna karşı saygı ve enerji alt boyutlarının diğer alt boyutlar arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür (Kindap Tepe ve Erdal, 2019; Terry ve ark., 2003). Bu ilişkiler olumlu ve olumsuz duygu durumu oluşturan alt boyutların kendi içinde beklendik şekilde pozitif yönde ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Nitekim olumlu ve olumsuz duygu durum alt boyutlarının iki faktör altında toplanıp toplanmadığını belirlemek için yapılan temel bileşenler analizi sonucunda Duygu Durumları Profili Ölçeğinin olumlu (saygı ve enerji) ve olumsuz duygu durumu (gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık) ölçen alt ölçeklerin birbirinden ayrışıp farklı iki yapıyı temsil ettiği görülmüştür. Bu durum araştırmacıların ölçeği iki boyutlu olarak da kullanabileceklerine işaret etmektedir. Ayrıca ölçek alt boyutlarından Toplam Duygu Durum Bozukluğu (TDDB) puanı elde edilerek de kullanılabilir. TDDB, olumsuz duygu durumu temsil eden alt ölçeklerin toplam puanından (gerginlik, kızgınlık, yorgunluk, depresyon ve karışıklık) olumlu duygu durumu temsil eden (saygı ve enerji) alt ölçeklerin toplam puanının çıkarılmasıyla hesaplanmaktadır. Tüm bu sonuçlar yetişkinlik dönemindeki bireylerde de ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir. Dahası Duygu Durumları Profili Ölçeği ile elde edilen bu sonuçlar şimdiye kadar yapılmış diğer çalışmaların [Arapça (Aroian, Kulwicki, Kaskiri, Templin ve Wells, 2007), Almanca (Bullinger, Heinisch, Ludwig ve Geier, 1990), Çince (Chen, Snyder ve Krichbaum, 2002), Felemenkçe (De Groot, 1991), İspanyolca (Fernandez, Fernandez ve Pesqueira, 2000), Fransızca (Fillion ve Gagnon, 1999), Korece (Shin ve Colling, 2000), İbranice (Netz, Zeav, Arnon ve Daniel, 2005), Japonca (Yokoyama, Araki, Kawakami ve Tkakeshita, 1990)] sonuçları gibi yüksek güvenilirlik ve geçerlik verisi sağlamıştır.

Araştırmada Duygu Durumları Profili Ölçeğinin farklı şekillerde puanlanabileceği ortaya konmakla birlikte; yalnızlık, depresyon ve benlik saygısıyla ilişkisi incelemiş ve beklendik yönde ilişkiler elde edilmiştir. Yani diğer bir deyişle olumlu duygu durumu temsil eden alt boyutların benlik saygısıyla pozitif yönde ilişkili olduğu; yalnızlık ve depresyonla ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Olumsuz duygu durumu temsil eden alt boyutların ise benlik saygısıyla negatif yönde ilişkili olduğu; buna karşı yalnızlık ve depresyon ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda ölçeğin psikolojik iyi olma halini gösteren başka değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi gerekmektedir. Ayrıca araştırmada ölçeğin klinik olmayan gruplarda ve disiplinler arası yeni çalışmalarda kullanılarak geçerliğinin incelenmesinde fayda vardır.

KAYNAKÇA

- Aroian, K. J., Kulwicki, A., Kaskiri, E. A., Templin, T. N., & Wells, C. L. (2007). Psychometric evaluation of the Arabic language version of the Profile of Mood States. *Research in nursing & health*, 30(5), s. 531-541.
- Bullinger, M., Heinisch, M., Ludwig, M., & Geier, S. (1990). Scales for the assessment of emotional well-being: Psychometric analysis of the Profile of Mood States (POMS) and of the Psychological General Well-Being Index (PGWI). *Neischrift fur Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 11, s. 56-61.
- Chen, K. M., Snyder, M., & Krichbaum, K. (2002). Translation and equivalence: the profile of mood states short form in English and Chinese. *International journal of nursing studies*, 39(6), s. 619-624.
- De Groot, M. H. (1991). Psychometric characteristics of a mood states inventory: Shortened POMS. *Gedrag and Gezondheid*, 2, s. 46-51.
- Fernandez, C. A., Fernandez, E. M. A., & Pesqueira, G. S. (2000). Semantic problems in adapting the POMS in to Spanish. *Psicothema*, 14, s. 47-51.
- Fillion, Lise & Gagnon, P. (1999). French adaptation of the shortened version of the Profile of Mood States. *Psychological reports*, 84(1), s. 188-190.
- Fry, A.C., Stone, M.H., Thrush, J.T. & Fleck, S.J. (1995). Precompetition training sessions enhance competitive performance of high anxiety junior weightlifters. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 9, s. 37-42.
- Gençöz, Tülin. (2000). Pozitif ve negatif duygu durum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Positive and negative affect schedule: A study of validity and reliability]. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), s. 19-28.
- Goss, Jade (1994). Hardiness and mood disturbance in swimmers while overtraining. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, s. 135-149.
- Güzel, Pınar, Özdemir, Boysan, M., Smolensky, M. H., Selvi, Y., Aydin, A., & Yilmaz, E. (2015). Comparison of venlafaxine alone versus venlafaxine plus bright light therapy combination for severe major depressive disorder. *The Journal of clinical psychiatry*, 76(5), s. 645-654.
- Hohlgeschwandtner, M., Husslein, P., Klier, G.M., & Ulm, B. (2001). Correlation between serum testosterone levels and peripartal mood states. *Acta Obstetrica Et Gynecologica Scandinavica*, 80(4), s. 326-330.



- Kamdar, B.B., Kaplan, K.A., Kezirian, E.J., Dement, W.C. (2004) The impact of extended sleep on daytime alertness, vigilance, and mood. *Sleep Medicine*, S. 5(5), s. 441-448.
- Kenny, D.T. ve Faunce, G. (2004). The Impact of Group Singing on Mood, Coping, and Perceived Pain in Chronic Pain Patients Attending a Multidisciplinary Pain Clinic. *Journal of music therapy*, S. 41(3), s. 241-58.
- Kindap Tepe, Yeliz ve Erdal, Barış (2019). Duygu Durumları Profili Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Alanında Yeni Ufuklar*. Chapter 10, s. 163-175.
- Lewis, K.E, Blagrove, M., Ebden, P. (2002) Sleep deprivation and junior doctors' performance and confidence. *Postgrad Medical Journal*, S. 78(916), s. 85-97.
- McNair, Douglas., Lorr, Morrice & Droppleman, Leo. (1971). Manual for the Profile of Mood States. San Diego, CA: *Educational and Industrial Testing Services*.
- McNair, Douglas., Lorr, Morrice & Droppleman, Leo (1992). Revised Manual for the Profile of Mood States. SanDiego, CA: *Educational and Industrial Testing Services*.
- Netz, Y., Zeav, A., Arnon, M., & Daniel, S. (2005). Translating a single-word items scale with multiple subcomponents-A Hebrew translation of the Profile of Mood States. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, S. 42(4), s. 263.
- Nasta, M. T., Grussu, P., Quatraro, R. M., Cerutti, R., & Grella, P. V. (2002). Cholesterol and mood states at 3 days after delivery. *Journal of Psychosomatic Research*, S. 52(2), s. 61-63. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(01\)00310-5](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(01)00310-5)
- Newcombe, P.A. & Boyle, G.J. (1995). High school students' sports personalities: Variations across participation level, gender, type of sport, and success. *International Journal of Sport Psychology*, S. 26, s. 277-294.
- Özdemir, P. G., Karadag, A. S., Selvi, Y., Boysan, Murat., Bilgili, S. G., Aydin, A., & Onder, S. (2014). Assessment of the effects of antihistamine drugs on mood, sleep quality, sleepiness, and dream anxiety. *International journal of psychiatry in clinical practice*, S. 18(3), s. 161-168.
- Özdemir, P. G., Selvi, Y., Boysan, M., Ozdemir, M., Akdağ, S., & Ozturk, F. (2015). Relationships between coronary angiography, mood, anxiety and insomnia. *Psychiatry research*, S. 228(3), s. 355-362.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, Vol. 01.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, S. 39(3), s. 472-480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3>.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy*. Measures Package, S. 61, s. 52.
- Selvi, Y., Gulec, M., Aydin, A., & Besiroglu, L. (2011). Psychometric evaluation of the Turkish language version of the Profile of Mood States (POMS). *Journal of Mood Disorders*, S. 1(4), s. 152.
- Shacham, S. (1983). A shorten version of the Profile of Mood States. *Journal of Personality Assessment*, S. 47, s. 305-306.
- Shin, Y., & Colling, K. B. (2000). Cultural verification and application of the Profile of Mood States (POMS) with Korean elders. *Western Journal of Nursing Research*, S. 22(1), s. 68-83.
- Terry, Peter., Lane, Andrew., & Fogarty, Gerard, Joseph (2003). Construct validity of the Profile of Mood States – Adolescents for use with adults. *Psychology of sport and exercise*, S. 4(2), s. 125-139.
- Terry, Peter, Andrew, Lane., Helen J. L., & Keohane, L. (1999). Development and Validation of a Mood Measure for Adolescents. *Article in Journal of Sports Sciences*.
- Walker, M.K. and Sprague, R.L. (1988). Effects of methyphenidate hydrochloride on the subjective reporting of mood in children with attention deficit disorder. Special Issue: *Interface between mental and physical illness*. *Issues in Mental Health Nursing*, S. 9, s. 373-385.
- Watson, David., Clark, Lee, Aanna., & Tellegen, Auke (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, S. 54(6), s. 1063-1070.
- Woolery, A., Myers, H., Sternlieb, B., Zeltzer, L. (2004). A yoga intervention for young adults with elevated symptoms of depression. *Altern Ther Health Med*. S. 10(2), s. 60-3.
- Yokoyama, K., Araki, S., Kawakami, N., & Tkakeshita, T. (1990). Production of the Japanese edition of profile of mood states (POMS): assessment of reliability and validity. [*Nihon koshu eisei zasshi*] *Japanese journal of public health*, S. 37(11), s. 913-918.