



The Journal of Academic Social Science Studies

JASSS

International Journal of Social Science

Doi number: <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2581>

Number: 30 , p. 69-78, Winter I 2014

HAZ ERTELEME ÖLÇEĞİ: GELİŞTİRİLMESİ, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

DELAYING GRATIFICATION: DEVELOPMENT, VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

Doç. Dr. Mustafa KOÇ

Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psik. Danış. ve Reh. Anabilim Dalı

Doç. Dr. Tuncay AYAS

Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psik. Danış. ve Reh. Anabilim Dalı

Yrd. Doç. Dr. Tuğba Seda ÇOLAK

Düzce Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psik. Danış. ve Reh. Anabilim Dalı

Uzm. Naciye GÜVEN

Milli Eğitim Bakanlığı

Arş. Gör. Betül DÜŞÜNCELİ

Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psik. Danış. ve Reh. Anabilim Dalı

Özet

Günümüzün önemli problemlerinden biri haz ertelemedir. Haz erteleme, belirgin uzun vadeli ödüller uğruna hemen memnuniyeti verecek etkinlik ve faaliyetlerden vazgeçmek anlamına gelmektedir.. Haz erteleme, obezite, riskli cinsel davranış ve madde bağımlılığı gibi halk sağlığı sorunlarının geniş bir bölümü ile ilişkilidir. Haz erteleme ile ilgili mevcut ölçümler, yeterlik, güvenilirlik ve yapı geçerliliğine bağlı sınırlılıklar nedeniyle eleştirilmektedir. Bu yönüyle geçerli ve güvenilir bir ölçme aracına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin haz erteleme düzeylerini belirlemek üzere kullanılacak geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirmektir. Araştırmanın çalışma grubunu 2013-2014 öğretim yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim görmekte olan 184'ü kız 152'si erkek toplam 336 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin seçiminde gönüllü katılımlı rasgele örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında yüz görünüm geçerliliği ve kapsam geçerliliği için uzman görüşüne başvurulmuştur. Uzmanlardan alınan görüşler doğrultusunda düzenlenen ölçek yapı geçerliği için çalışma grubunda yer alan öğrencilere uygulanmıştır. Yapı geçerliliği için açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçek 33 madde ve beş faktörden oluştuğu tespit edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin faktörlerinin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .63, .75, .78, .94, ve .85 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tamamı ele alındığında iç tutarlılık katsayısı .94 olarak bulunmuştur. Bulunan bu değerler ölçeğin

psikometrik niteliklerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Haz erteleme, Ölçek, Üniversite Öğrencisi, Geçerlik, Güvenirlilik

Abstract

One the most important problems of our day is delaying gratification. Delaying gratification means to give up on the activities and facilities which will provide immediate gratification for the sake of certain long term rewards. Delaying gratification is associated with the majority of public health problems such as obesity, risky sexual behavior and drug abuse. Current measurements for delaying gratification are criticized due to limitations of competence, reliability and structure validity. Therefore a valid and reliable measurement tool is required. The aim of this study is to develop a valid and reliable scale to be used to determine the levels of delaying gratification of university students. The study group composes of 336 students, 184 females and 152 males, studying in Sakarya University Faculty of Education in 2013-2014 education year. In selection of the students, voluntary participation random sampling method was used. Expert opinion was obtained for the face validity and content validity in validity studies of the scale. The scale organized according to the opinions of the experts was applied to the students in the study group for the structure validity. Exploratory factor analysis was performed for the structure validity. As a result of the exploratory factor analysis, it was determined that the scale was composed of 33 items and five factors. For the reliability of the scale, Cronbach's Alpha internal consistency coefficients were calculated. The internal consistency coefficients of the scale were calculated as .63, .75, .78, .94, and .85 respectively. When the scale is considered as a whole, its consistency coefficient was found as .94. These values that were obtained indicate that the psychometric properties of the scale are within acceptable ranges.

Key Words: Delaying Gratification, Scale, University Student, Validity, Reliability

GİRİŞ

Toplumsal yaşama ve değişimlerine ayak uydurabilmenin yolu; bireylerin birtakım becerilerle donatılmış olmasına ve yeni beceriler edinebilmesine bağlıdır. Bir kişinin söz verip tutmaması, kumarda paranın boşa harcanması, bir öğrencinin ders çalışmayı sınavdan bir gün önceye erteleme ve sonucunda kötü not alması, bir annenin çocuğunu eğitmede dayağa başvurması, evlilik dışı istenmeyen hamilelik, içki bağımlısı birinin kaza yapıp ölümlere sebep olması, hatalı gencin bir tartışma esnasında arkadaşını silahla vurması, obezite bir kişinin diyetine uymaması, bir atletin ya da bir sporcunun antrenmanlarına devam etmeyip bir sene içinde yok olup gitmesi, alışveriş çılgınlığı vb örnekler günlük yaşamda bazen uygulayıcı bazense tanık olarak sıkça karşılaştığımız durumları göstermektedir. Bu örnekler, yakın anlamlar taşıyan özdisiplin, öz düzenleme, öz kontrol ve haz erteleme becerilerinin yoksunluğuna işaret eder.

Özdisiplin; olumsuz sonuçlar doğurabilen mantıksız aşırılıklardan sakınma becerisidir ve tahammül, sebat (ısrar) etme, sınırlama, bir plan ya da karara uyma yeteneği gibi çeşitli şekillerde görülebilir. Davranışların, tepkilerin, alışkanlıkların değiştirilmesinde ve geliştirilmesinde yardımcı olabilir ve bu konuda eğitim alarak, çaba sarf ederek geliştirilebilir. Özdisiplin, herkesin yaşamında gerekli ve çok yararlı bir beceridir. Birey, eğer belirli bir saatte buluşma ayarlamış ve zamanında orda olmuşsa, ödevlerini belirli bir zamanda bitirmek için söz vermiş ve dediği saatte bitirmişse, kendini yeni bir konu öğrenmede geliştirmek için bir program yapmış ve programa uymuşsa, çok sevdiği fakat sağlığı için zararlı bir yiyeceği yemekten vazgeçmişse o kişinin öz disiplin yeteneğine sahip olduğu düşünülebilir (Sasson, 2013). Öz düzenleme ile ödev tamamlama arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada; ödevin kaliteli ölçümünde; dikkatin dağılmasını önleme, öz yeterlik, öğrenme için algılanan sorumluluk, amaç oluşturma, zamanı düzenleme, ödev için uygun çalışma koşullarını ayarlamanın sadece ödevi tamamlamak için ayrılan zamandan daha etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz düzenleme davranışı, tekrarlı uygulamalarla gelişir. Derslerde öğrencilerin; amaç oluşturma, öz yeterlik, zamanı ayarlama ve haz erteleme gibi öz düzenleme süreçleri ile ödev tamamlama arasındaki ilişkiye dikkat çekilerek eğitilmeleri önemlidir (Ramdass vd., 2011). Ebeveynine ait çocuk yetiştirme stratejilerinin öz düzenlemeye etkisinin araştırıldığı bir çalışmada ebeveynin duygusal sıcaklığının öz düzenleme, kişilerarası ve akademik uyumla ilişkili olduğu görülmüştür (Baker ve Michael, 2012). Aşırı hoşgörü ise duyarsızlığa neden olabilmektedir (Öksüz ve Güven, 2012).

Öz kontrol, işlevsel olarak Mischel, Shoda ve Rodriguez (1989) tarafından daha büyük karşılığı olan birşey için bekleme, küçük ya da acil alternatifleri erteleme yeteneği olarak (Evans ve Westergaard, 2006); dikkatin dağılmasını önleme, stresi yönetme, bir görevi ya da amacı başarmada motivasyonu sürdürme yeteneği olarak tanımlanmıştır. Özkontrol bilişsel ve davranışsal olmak üzere iki yaklaşıma göre incelenmiştir. Bilişsel yaklaşım, bireyin davranışlarını kontrol edebildiği zamanda meydana gelen düşünsel süreçlere odaklanır. Kontrol etme davranışı bireylerin eylemlerinde doğrudan gözlenebildiği için özkontrol araştırmalarında davranışsal yaklaşım daha sıklıkla kullanılır. Davranışsal yaklaşım, özkontrolü içeren mekanizmalar ve insanların davranışsal prensipleri nasıl öğrendikleri üzerinde çalışır. Bu mekanizmalar yüksek çaba ve haz ertelemesidir (Barhorst, 2003). Maymunlar üzerinde yapılan bir çalışmada bazı maymunların öz kontrol sergileyebildikleri ve daha kuvvetli pekiştireç verildiği zaman haz erteleyebildikleri sonucuna ulaşılmıştır (Evans ve Westergaard, 2006).

1960'ların sonlarında Mischel vd. (1989) tarafından okulöncesi eğitimi alan 4 yaş çocukları üzerinde bir araştırma yapılmıştır. Çalışmada 4 yaşındaki çocuklara araştırmacı tarafından lokum benzeri şekerlemeler verilmiş, ancak bir süre beklerlerse - sadece bekleyebilen çocuklara- bu şekerlemelerden iki tane verileceği söylenmiştir. Bu çalışmaya katılan çocukların bazıları bekleyemez ve hemen yerken bazıları ise

beklemiş ve ikinci şekerlemeyi almayı hak kazanabilmişlerdir. Çalışmanın ikinci aşamasında her iki grupta yer alan çocuklar liseden mezun olduklarında tekrar izlenmiş ve ortaya önemli farkların çıktığı görülmüştür. Sonuçlara göre, öz kontroldeki bireysel farklılıkların okulöncesi dönemlerde oluştuğu ve kalıcı olduğu bulunmakla birlikte; uzun süre haz erteleyebilen 4 yaş çocuklarının bilişsel ve sosyal açıdan ergenlik döneminde daha yetkin oldukları, eğitsel açıdan yüksek performans sergiledikleri ve beklenmeyen durum ve stresle başa çıkmada daha başarılı oldukları görülmüştür (Mischel vd., 1989). Bu araştırmanın bir parçası olarak -Mischel'in de aralarında bulunduğu- Schlam vd. (2013) yaptığı boylamsal çalışmada, haz ertelemeye zorluk yaşayan öğrencilerin kilo alma ve obezite riski altında oldukları sonucuna, Casey vd. (2011) haz ertelemenin davranışsal ve sinirsel ilişkilerinin incelendiği çalışmalarında da okulöncesi dönemde daha düşük haz erteleme becerisine ve 20'li 30'lu yaşlarda kalıcı olarak düşük öz kontrol becerisine sahip bireylerin başarısız bir performans sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Haz erteleme problemleri ve yüksek yaratıcılığa sahip öğrenciler yıllardır öğretmen ve eğitimciler tarafından gözlenmektedir (Blackwood, 1981). Haz erteleme, bireylerin hemen bir sonuç elde etmek yerine, gelecekle ilgili daha çok arzu ettikleri sonuçlar için eylemlerini düzenleme yeteneklerinin bir parçasıdır (Barhost, 2003; Hoerger, 2010) ve doyumdan vazgeçme eğilimini ifade eder. Haz erteleme bireye sağlık, sosyal ve mesleki yaşam açısından olumlu sonuçlar kazandırır (Hoerger, 2010). Bir eğitimci, danışman ve okul müdürü olarak çeşitli görevlerde bulunan Blackwood (1981) haz erteleme becerisi olan öğrencilerin cevap üretmede daha farklı ve daha yaratıcı olma eğilimi gösterdiklerini gözlemlemiştir. Diğer yandan haz erteleme becerisi olmayan öğrenciler ise problemlerini hatalı bir şekilde çözme eğilimindedirler. Son zamanlarda sinirbilim dalında elde edilen bulgular ergen beyninin duygu arayışı gibi dürtüsel davranışları kontrol etmekte çok olgunlaşmadığını göstermektedir (Romer vd., 2010). Romer vd. (2010) ergenler üzerinde yapmış olduğu bir çalışmada (sigara, alkol ve madde kullanma gibi) risk almanın haz erteleme yeteneğiyle ters orantılı olduğunu bulmuştur.

Haz erteleme; obezite, riskli cinsel davranış ve madde bağımlılığı gibi halk sağlığı sorunlarının geniş bir bölümü ile ilişkilidir. Ancak yaklaşık 60 yıldır süren yapılanma ve ölçme alanındaki sorunlar nedeniyle beklenenden daha yavaş ilerlemiştir. Mevcut ölçümler, yeterlik, güvenilirlik ve yapı geçerliliğine bağlı sınırlılıklar nedeniyle eleştirilmiştir. Hoerger, Quirk ve Weed (2011) 35 madde ve 5 faktörden oluşan Haz Erteleme Envanterini geliştirmişlerdir. Dört çalışmadan, büyük ve çeşitli örneklem oluşumuyla (N=10.741) elde edilen bulgular ölçeğin psikometrik özellikleri için destek oluşturmuştur. Haz erteleme envanteri puanları 5 maddenin tamamı, 5 alt boyut ve 10 maddelik kısa formu için güçlü iç tutarlılık ve test tekrar test güvenilirliği göstermiştir. Beş faktör yapısı verilerle iyi uyum ve alt gruplarda iyi ölçüm değişmezliği göstermiştir.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde haz erteleme becerisine sahip bireylerin fiziksel bilişsel ve psikolojik olarak olumlu şekilde etkilendiğini ve bu beceriye sahip

olmayan bireylerin ise bu durumdan olumsuz şekilde etkilendiğini ortaya koymaktadır. Bireylerin bu beceriye ne düzeyde sahip olduklarını belirlemeye yönelik yapılan alan çalışması sonucunda Türkiye’de bireylerin haz erteleme düzeylerini belirlemeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçeğin bulunmadığı görülmektedir. Böyle bir ölçeğin geliştirilmesi haz erteleme düzeyini belirlemeye yönelik bir araç olacaktır. Bu nedenle haz erteleme düzeyini ölçmeye olanak sağlayacak geçerli ve güvenilir haz erteleme ölçeğinin geliştirilmesine karar verilmiştir.

YÖNTEM

Çalışma ölçek geliştirme çalışması olduğu için bu bölümde çalışma grubu ve ölçeğin geliştirilme işlemleri konu edilecektir.

Çalışma Grubu

Bu araştırmada Haz erteleme ölçeği geliştirmek istendiğinden 2013-2014 öğretim yılında Sakarya üniversitesi öğrenim görmekte olan öğrenciler arasından 400 öğrenci seçilmiştir. Bu ölçeklerden 344 tanesi doldurularak geri dönmüş bunlar arasından 336 tanesi kullanılabilir bulunarak araştırma verilerine dahil edilmiştir. Bu nedenle ölçek geliştirme işlemleri 336 veri üzerinde yürütülmüştür. Araştırma grubundaki öğrencilerin 184’ü kız 152’si erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

Ölçeğin Geliştirilmesi

Haz erteleme ölçeği geliştirilirken öncelikle alan yazın incelenerek, uzman ve öğrencilerle görüşülerek madde havuzu oluşturulmuştur. Madde havuzunda toplam 68 madde yer almıştır. Bu maddeler de bilişsel, duyuşsal ve psikomotor ifadelerin yer almasına özen gösterilmiştir. Ölçekte yer alan maddelerle ilgili görüşler için 5’li Likert tipi dereceleme kullanılmıştır. Bu dereceleme “Her zaman (5), Sık sık (4), Bazen (3), Nadiren (2) ve Hiçbir zaman (1)” şeklinde oluşturulmuştur. Bu noktada ölçekte olumlu ve olumsuz maddeler yer alacak şekilde tasarlanarak geçerlilik güvenirlilik çalışmalarına geçilmiştir.

Geçerlilik çalışmalarında öncelikli olarak kapsam geçerliği için başvurulacak olan uzmanlar belirlenmiştir. Ölçek, psikolojik danışma ve rehberlik, ölçme değerlendirme ve Türk dili alanı uzmanı akademisyenlere ve verilerek görüşleri alınmıştır. Alınan görüşler doğrultusunda ölçekte gerekli düzeltmeler yapılarak 49 maddelik ölçek elde edilmiştir.

49 maddelik ölçek, yapı geçerliği ve güvenirlilik çalışmaları için çalışma grubundaki öğrencilere uygulanmıştır. Bu öğrencilerden elde edilen verilerden; ölçekteki maddelerin aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, madde ayırt edicilik t değeri, faktör ortak varyansı, faktör yük değeri, döndürme sonrası faktör yük değerleri, madde toplam katsayıları, madde silindiğindeki Cronbach α güvenirlilik katsayısı ve faktörlerin Cronbach α güvenirlilik katsayısı hesaplanmıştır.

BULGULAR

Yapı geçerliliğine bakmak üzere açımlayıcı faktör analizine geçilmiştir. Analizin yapılabilmesi için öncelikle örneklemin yeterliliğini test eden KMO testine bakılmıştır. KMO değeri .87 olarak bulunmuştur. Bu değer .70'den büyük olması nedeniyle örneklemin yeterli olduğu görüşüne varılmıştır. İkinci olarak Bartlett'in Sphericity testine bakılarak (p=.00) elde edilen verilerin faktör analizi yapmaya uygun olduğuna karar verilmiştir. Faktör analizinde ölçekte yer alan 49 maddenin öz değeri 1 olacak şekilde temel bileşenler analizi öncelikli olmak üzere 25 derecelik varimax eksen döndürmesi gerçekleştirilmiştir.

Açımlayıcı faktör analizi (Tablo 1) sonucunda maddelerin en düşük yük değerinin .40 olduğu bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizi çalışmaları sonucunda ölçeğin beş faktörlü bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur.

Haz erteleme Ölçeği beş faktörlü bir yapıdan oluşmuştur. Bu faktörlerden birincisinde 42., 43., 44., 45., 46., 47., 48. ve 49. maddeler olmak üzere toplam sekiz madde yer almaktadır. Bu faktördeki maddelerden örnek bir tanesi "*Spor programlarını seyretmeden uyuyamam*" dir. Yük değerleri 0.602-0.894 arasında değişen maddelerin oluşturduğu faktör "*Spor*" olarak isimlendirilmiştir. Ölçekte yer alan ikinci faktör; 17., 19., 21., 22., 23., 25. ve 26. maddeler olmak üzere toplam yedi maddeden oluşmaktadır. Faktördeki maddelerden bir tanesi "*Fırsat bulur bulmaz sosyal medyadan profilimi kontrol ederim*" maddesidir. Maddelerin yük değerleri 0.400-0.691 arasında değiştiği faktör "*Teknoloji*" olarak isimlendirilmiştir.

Ölçekte yer alan üçüncü faktör 9., 10., 12., 14., 15. ve 16. maddeler olmak üzere toplam altı maddeden oluşmaktadır. Maddelerden "*Param olduğunda bitene kadar sürekli bir şeyler alırım*" bu faktörün örnek maddesidir. Faktördeki yük değerleri 0.629-0.753 arasında değişen maddelerin oluşturduğu faktör "*Para*" olarak isimlendirilmiştir.

Tablo 1. Haz Erteleme Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Madde	Ortak varyans analizi	Faktör Yük Değerleri				
		Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4	Faktör 5
m1	.317					.534
m3	.398					.616
m4	.454					.662
m5	.515					.649
m6	.352					.507
m7	.402					.580
m9	.416			.633		
m10	.588			.753		
m12	.413			.629		
m14	.578			.721		
m15	.580			.673		
m16	.660			.701		
m17	.302		.400			
m19	.378		.486			
m21	.436		.613			
m22	.498		.691			
m23	.564		.690			
m25	.475		.656			
m26	.452		.613			
m28	.595				.738	
m31	.499				.570	
m32	.512				.577	

Tablo 1'in devamı

Madde	Ortak varyans analizi	Faktör Yük Değerleri				
		Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4	Faktör 5
m34	.530				.717	
m37	.483				.462	
m38	.497				.688	
m42	.735	.829				
m43	.780	.868				
m44	.725	.841				
m45	.456	.602				
m46	.768	.861				
m47	.815	.894				
m48	.720	.838				
m49	.785	.874				
Öz Değer Toplam=	17.68	7.59	3.92	2.39	2.07	1.71
Açıklanan Top. Varyans =	53.58	23.01	11.88	7.24	6.27	5.18

Ölçekte yer alan dördüncü faktör 28., 31., 32., 34., 37. ve 38. maddeler olmak üzere toplam altı maddeden oluşmaktadır. “TV takip ettiğim dizi sona erince artık dizi izlemeyeceğim diye kendime söz versem de tekrardan yeni bir dizi izlemeye başlarım” maddesi faktörün örnek maddesidir. Dördüncü faktördeki yük değerleri 0.462-0.738 arasında değişen maddelerle oluşan faktör “İnternet ve tv” olarak isimlendirilmiştir. Beşinci faktör 1., 3., 4., 5., 6. ve 7. maddeler olan toplam altı maddeden oluşmaktadır. Faktördeki “Tok olsam da gelen yemek tekliflerini geri çevirmem” örnek bir maddesidir. Maddelerin beşinci faktördeki yük değerleri 0.507-0.662 arasında değişmekte ve faktörün adı “Yemek” olarak belirlenmiştir.

Toplam 33 maddeden oluşan ölçeğin tamamı ele alındığında, ölçek beş faktörlü bir yapı göstermektedir. Ölçekte yer alan 33 maddenin faktörlerdeki yük değerleri 0.400-0.894 arasında değişmektedir. Beş faktörden oluşan analiz sonucunda birinci faktörün öz değeri 7.59, açıkladığı varyans %23.01; ikinci faktörün öz değeri 3.92, açıkladığı varyans %11.88; üçüncü faktörün öz değeri 2.39, açıkladığı varyans %7.24; dördüncü faktörün öz değeri 2.07, açıkladığı varyans %6.27 ve beşinci faktörün öz değeri 1.71, açıkladığı varyans %5.18 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam öz değeri 17.68 ve açıkladığı toplam varyans miktarı 53.58’dir.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçek toplam 33 madde ve beş faktörden oluşmuştur. Bu değerler ölçeğin üniversite öğrencilerinin haz etmelerini iyi bir şekilde açıkladığını göstermektedir.

Ölçeğin faktörlerinin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla. 63, .75, .78, .94 ve. 85 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tamamı ele alındığında iç tutarlılık katsayısı. 94 olarak bulunmuştur. Bu yönüyle ölçek ölçmek istediği niteliği iyi derecede açıklayabilmektedir (Büyüköztürk 2005).

SONUÇ

Bu çalışmada bireylerin haz erteleme düzeylerini belirlemek amacıyla Haz Erteleme Ölçeği geliştirilmiş ve psikometrik özellikleri incelenmiştir. Haz Erteleme Ölçeği 33 madde ve beş faktörden oluşmaktadır. Bu ölçekte beşinci faktörde yer alan 5 madde ters maddelerdir. Ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi (AFA) kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında ise iç tutarlılık kat sayıları incelendiğinde de ölçeğin güvenilir olarak kullanılabileceğini göstermektedir. Sonuç olarak bu araştırma kapsamında geliştirilen Haz Erteleme Ölçeği üniversitede okuyan öğrencilerin Haz Erteleme düzeylerini ölçebileceğini göstermektedir.

Beş faktörden oluşan ölçeğin birinci faktör 8 maddeden oluşmakta ve maddelerin yük değerleri 0.602-0.894 arasında değişen maddelerden

oluşturduğu görülmektedir. Bu faktörün iç tutarlık kat sayısı .63 olarak hesaplanmıştır. İkinci faktör 7 maddeden oluşmakta maddelerin yük değerleri 0.400-0.691 arasında değişmektedir. Bu faktördeki maddelerin iç tutarlık katsayısı .75 olarak tespit edilmiştir. Üçüncü faktör 6 maddeden oluşmakta ve faktördeki maddelerin yük değerleri 0.629-0.753 arasında değişmektedir. Bu faktördeki maddelerin iç tutarlık katsayısı .78 olarak bulunmuştur. Ölçekte yer alan dördüncü faktör 6 maddeden oluşmaktadır. Bu faktördeki maddelerin yük değerleri 0.462-0.738 arasında değişmektedir. Bu faktörün iç tutarlık katsayısı .94 olarak tespit edilmiştir. Ölçekteki beşinci faktör 6 maddeden oluşmakta ve bu faktördeki maddelerin yük değerleri 0.507-0.662 arasında değişmektedir. Bu faktördeki maddelerin iç tutarlık katsayısı .85 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin tamamı ele alındığında iç tutarlılık katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

Geçerlilik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlara dayanarak ölçeğin bireylerin haz erteleme düzeylerinin belirlenmesinde geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabileceği savunulabilir.

KAYNAKÇA

- BAKER, C. N. ve MICHAEL H. (2012). "Parental child-rearing strategies influence self-regulation, socio-emotional adjustment and psychopathology in early adulthood: Evidence from a retrospective cohort study". *Personality and Individual Differences* 52 :800-805.
- BARHORST, T. W. (2003). *Integrating Delayed Gratification into Elementary Classroom Guidance*. Truman State University, Department of Arts, Master Thesis, Missouri.
- BLACKWOOD, E. G. (1981). *A Relational Study of Delayed Gratification and Torrance's Concept of Creative Thinking at the Grade Eight Level*. The University of Ottawa, Department of Philosophy, Doctoral Thesis, Canada.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş. (2005). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, Ankara: Pegem Yayıncılık.
- CASEY, B.J., SOMERVILLE, L. H., GOTLIB, I. H., AYDUK, Ö., FRANKLIN, N. T., ASKREN, M. K., JONIDES, J., BERMAN, M. G., WILSON, N. L., TESLOVICH, T., GLOVER, G., ZAYAS, V., MISCHEL, W. ve SHODA, Y. (2011). Behavioral and Neural Correlates of Delay of Gratification 40 Years Late. *Proceeding of the National Academy of Sciences of the United States of America*, Erişim tarihi: 30.07.2014, www.pnas.org/cgi/doi/10.1073/pnas.1108561108.
- EVANS, T. A ve WESTERGAARD, G. C. (2006). "Self, Control and Tool Use in Tufted Capuchin Monkeys (*Cebus Apella*)". *Journal of Comparative Psychology* 120:163-166.

- HOERGER, M. (2010). *Delayed Gratification Inventory*. Central Michigan University, Department of Psychology, Doctoral Thesis, Michigan.
- HOERGER, M., QUIRK, S. W. ve WEED, N. C. (2011). "Development and Validation of the Delaying Gratification Inventory". *Psychological Assessment* 23:725-738.
- MISCHEL, W., SHODA, Y. ve RODRIGUEZ, M. L. (1989). "Delay of gratification in children". *Science* 244:933-938.
- ÖKSÜZ, Y. ve GÜVEN, E. (2012). "Farklılıklara Saygı Ölçeği (FSÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması". *The Journal of Academic Social Science Studies* 5:457-473.
- RAMDASS, D. ve ZIMMERMAN, B. J. (2011). "Developing self-regulation skills: The important role of homework". *Journal of Advanced Academics* 22:194-218.
- ROMER, D., DUCKWORTH, A. L., SZNITMAN, S. ve PARK, S. (2010). "Can Adolescents Learn Self-Control? Delay of Gratification in the Development of Control over Risk Taking". *Prevention Science* 11:319-330.
- SASSON, R. (2013). "Strength Your Willpower and Self-discipline". www.successconsciousness.com.
- SCHLAM, T. R., WILSON, N. L., SHODA, Y., MISCHEL, W. ve AYDUK, Ö. (2013). "Preschoolers' Delay of Gratification Predict Their Body Mass 30 Years Later". *The Journal of Pediatrics* 162:90-93.