

TORONTO ALEKSİTİMİ ÖLÇEĞİ (TAÖ)

SPSS veri analizi, Klinik Psikoloji Bölümü tez hazırlama ve yazdırma, Psikoloji Bölümü ölçek bulma, etik kurul başvuru formu hazırlama, intihal oranı düşürme, intihal raporu alma, tez, seminer ve bitirme projesi hazırlama ve yazdırma, tartışma, sonuç ve öneriler bölümü hazırlama, tezi makaleye çevirme, tezden makale oluşturma, intihal raporu alma, tez sunumu hazırlama, tez sunum örnekleri, tez düzenleme vb. tüm akademik işlemlerinizde yaşadığınız problemler için bizimle iletişime geçebilirsiniz.

0532 674 54 95

bilgi@tezimiduzenle.com

Taylor, Ryan ve Bagby tarafından Toronto Alexithymia Scale ismi ile geliştirilen ölçeği Dereboy 1990 yılında Türkçeye uyarlamış, ölçeğin tekrar gözden geçirilmesi ise Motan ve

Gençöz tarafından 2007 yılında yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlığı 0.79, test tekrar test güvenilirliği ise 0.67 olarak bulunmuştur.

Bireylerdeki aleksitimik özellikleri belirlemede kullanılan ölçme araçlarının yeterli, geçerli ve güvenilir olmadığı gerekçeleriyle geliştirilmiş olan ölçeğin 41 maddelik ilk formdan istatistiksel olarak kriterleri karşılamayan 15 madde silinmiştir. 26 maddeden oluşan ölçek, beşli Likert tipi cevaplamaı içeren bir öz bildirim aracı olarak kullanılmaktadır. Her madde için "kesinlikle uygun değil", "biraz uygun", "uygun", "oldukça uygun" ve "kesinlikle uygun" seçenekleri yer almakta ve 1-5 arasında puanlama yapılmaktadır. Puanlandırılırken "kesinlikle uygun değil" için 1 puan, "kesinlikle uygun" için 5 puan olacak şekilde değer verilir. Ölçekteki 1, 5, 6, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 21 ve 24. maddeler ise ters olarak puanlanır.

Ölçeğin alt boyutları ve madde sayıları sırasıyla şöyledir: Duygu iletişimde zorluk (8 madde), duyguları tanıma ve tanımlamada zorluk (8 madde), hayal kurmaktan yoksun olma (6 madde). Toplamda 61 ve üzerindeki değerler aleksitimiyi, 51-60 arasındaki değerler sınırda aleksitimiyi göstermektedir. 50 ve altındaki değerler normal olarak kabul edilmektedir.

Toronto Aleksitimi Ölçeği Soruları

Lütfen aşağıdaki ifadeleri dikkatle okuyup sizin duygu ve düşüncelerinize hangi derecede uygun olduğunu işaretleyiniz.

	Kesinlikle Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Oldukça Uygun	Kesinlikle Uygun
1. Ağladığımda, beni ağlatan şeyin ne olduğunu bilirim.					
2. Hayal kurmak boşa zaman harcamaktır.					
3. Keşke bu kadar utangaç olmasaydım.					
4. Çoğu zaman duygularımın ne olduğunu tam olarak bilemem.					
5. Gelecek hakkında sıkça hayal kurarım.					
6. Birçokları kadar kolay arkadaş edinebildiğimi sanıyorum.					
7. Bir sorunun çözümünü bilmek, o çözüme nasıl ulaşıldığını bilmekten daha önemlidir.					
8. Duygularımı tam olarak anlatacak sözleri bulmak benim için zordur.					
9. Herhangi bir olay hakkındaki görüşümü başkalarına açıkça belirtmekten hoşlanırım.					

10. Bedenimde öyle şeyler hissediyorum ki; doktorlar bile ne olduğunu anlamıyorlar.					
11. Benim için, yalnızca bir işin yapılmış olması yetmez; nasıl ve neden yapıldığını bilmek isterim.					
12. Duygularımı kolayca anlatabilirim.					
13. Sorunların ne olduğu üzerinde değil; onların nereden kaynaklandığı üzerine düşünmeyi tercih ederim.					
14. Sinirim bozuk olduğunda; üzüntülü mü, korkulu mu, yoksa öfkeli mi olduğumu bilmem.					
15. Hayal gücümü bolca kullanırım.					
16. Yapacak başka bir işim olmadığında, zamanımın çoğunu hayal kurarak geçiririm.					
17. Bedenimde şaşırtıcı hisler duyduğum olur.					
18. Pek hayal kurmam.					
19. Olayların nedenine kafa yormaktan çok işleri olurluna bırakmayı tercih ederim.					
20. Tam olarak tanımlayamadığım duygularım var.					
21. İnsanın duygularına yakın olması önemlidir.					
22. İnsanlar hakkında neler hissettiğimi anlatmak benim için zordur.					
23. Tanıdıklarım, duygularımdan daha çok söz etmemi isterler.					
24. İnsan, olayların derinine inmelidir.					
25. İçimde neler olup bittiğini bilmiyorum.					
26. Çoğu zaman kızgınlığımın farkına varmam.					