



## RÜYA MOTİFLERİ ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI VE PSİKOLOJİK SEMPTOMLARLA İLİŐKİSİNİN SINANMASI

**Doç. Dr. Hasan YILMAZ**

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi  
(Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü)  
*hasan.yilmaz@manas.edu.kg*

### Öz

Günümüzde rüya konusunda tartışma ve araştırmalar devam etmektedir. Bu araştırmanın amacı, Türkiye’de rüya konusunda yapılacak çalışmalara fikirler sunmak ve konuyu tartışmaya açmaktır. Araştırmanın amacı Yu, C. K.-C. (2018) tarafından geliştirilen Rüya Motifleri Ölçeği Kısa Formun (Dream Motif Scale – Short Form) Türkçe uyarlamasını yapmak ve uyarlaması yapılan ölçeği kullanarak, rüyalar ile psikolojik semptomlar arasındaki iliŐkiyi test etmektir. Rüya Motifleri Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, Rüya Motifleri Ölçeği’nin yapı geçerliliğini incelemek amacıyla doğrulamalı faktör analizi yapılmış, ölçek puanlarının güvenilirliğini incelemek için ise Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Ölçüt Bağıntı Geçerliliği’ni sınamak amacıyla, Rüya Motifleri Ölçeği ile Kısa Semptom Tarama Envanterin alt boyutların arasında korelasyonlara bakılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Alpha katsayılarının yüksek olması (Gerçek Dışılık= .80, Şişirilmış Kendilik= .84, Kötülük Kuruntusu= .87, Tatminsizlik-Doyumsuzluk= .80), alt boyutlarda yer alan maddelerin birbiriyle tutarlı olduğunu göstermektedir. AFA ve DFA sonuçları da ölçeğin geçerliliğini teyit etmiştir. Uyarlaması yapılan Rüya Motifleri Ölçeğinin alt boyutları ile Kısa Semptom Envanterinin alt boyutları arasında hesaplanan korelasyon katsayıları; benzer rüyaları görmedeki sıklık ile ruh sağlığımız arasında bir ilişkinin varlığı olarak kabul edilmiştir. Sonuç olarak, geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına dayanılarak Rüya Motifleri Ölçeğinin Türkçe versiyonunun bilimsel çalışmalarda uygulanabilir olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Uyku, Rüya, Rüya Motifleri, Psikolojik Semptomlar, Ölçek Uyarlama.

### ADAPTING THE DREAM MOTIFS SCALE TO TURKISH AND TESTING THE RELATIONSHIP WITH PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS

#### Abstract

Today, discussions and researches on dreams are ongoing. The aim of this research is to present ideas to be made about dream in Turkey and to open this subject to the discussion. The purpose of this research to test the relationship between dreams and psychological symptoms using the adapted Turkish version of the Scale, Dream Motif Scale - Short Form, developed by psychologist Yu, C. K. (2018). The Dream Symbols Inventory and Brief Symptom Inventory were used. In the analysis of the data, confirmatory factor analysis was performed to examine the validity of the Dream Motifs Scale, and the Cronbach alpha reliability coefficient was calculated to examine the reliability of the scale scores. Correlations between the Dream Symbols Scale and the Brief Symptom Browsing Inventory subscales were examined to test the Criterion Relation Validity. The higher alpha coefficients for the subscales of the scale (Actual Exception = .80, Blown Self = .84, Satisfaction of Evil = .87, Dissatisfaction-Satisfaction = .80) suggests that the items in the subscales are consistent with each other. AFA and DFA results also confirm the validity of the scale. Correlation coefficients were calculated between subdimensions of The Adaptive Dream Motifs Scale and subscales of The Short Symptom Inventory; it was accepted as the existence of a relationship between the frequency of dreaming of similar dreams and our psychic health. In conclusion, based on the validity and reliability studies, it can be said that the Turkish version of the Dream Motifs Scale is applicable in scientific studies.

**Keywords:** Sleep, Dream, Dream Motifs, Psychological Symptoms, Scale Adaptation.

## 1. Giriş

Rüya konusunda ileri sürülen fikir ve düşüncelerin binlerce asırlık bir geçmişi vardır. Buna karşılık rüya konusunda bilimsel ilke ve yöntemlere uygun açıklamaların geçmişi çok yenidir. Neden rüya gördüğümüz, rüyaların bilinç, bilinç altı süreçler, günlük yaşantılarımız ve ihtiyaçlarımızla ilişkisi pek çok araştırmaya konu olmuştur.

Rüyaların somut olarak ölçülebilen ve gözlenebilen özelliklerini saptamak çok daha kolaydır. Bir süreç olarak uyku döngüseldir, beş aşamada gerçekleşir. Vücudun kendisini destekleme ve yeniden üretme amacına hizmet eder. Bu beş aşamadan ilk dört tanesi basitçe adlandırılırken, beşinci aşamaya REM adı verilir. Bu aşama yetişkin uykusunun yaklaşık yüzde 20 ila 25'ini oluşturur. Rüyalar genellikle REM aşamasında ortaya çıkar, genellikle birkaç saniye ile 30 dakika arasında sürer. Ortalama olarak insanlar gece başına dört ila altı kez rüya görürler (Michael, 2000: 59-70). Bununla birlikte REM aşaması, vücudun bilgiyi işlediği ve serotonin gibi önemli kimyasalları ürettiği bir zaman dilimidir (Cipolli vd., 2005: 97-104). Rüyaların uykunun bu döneminde ortaya çıkması bilim insanlarını rüyaların faydacı bir işlevi olabileceği düşüncesine götürmüştür (Franklin ve Zyphur, 2005: 59-78). Rüyaları açıklama konusunda günümüzde dört kuram ön plana çıkmaktadır.

Freud, rüyaların belirli bir anlamı olabileceğini ve bir amaca hizmet edebileceğini öne süren ilk bilim insanıdır. Freud'a göre rüya, uyanırken ifade edemediğimiz ya da gerçekleştiremediğimiz bir amaç ya da ihtiyacın sembolik anlatımı olabilir. Bununla birlikte, ceza veya travmatik olayları içeren bazı rüya türleri, psikolojik bir sorunun ipuçlarını verebilir. Freud'un, rüyaların suçluluk veya travmayla baş etmeye hizmet ettiğine inanır (Akot, 2010: 213-235). Kısaca Freud'un rüya kuramı, beynin bilinçdışı süreçlerinin bir yansımasıdır.

Freud ve Carl Jung çağdaş olmasına rağmen, rüyaların doğası hakkında aynı fikirde değillerdir. Freudun, rüyalarda anlamların gizlendiğine inanmasına karşılık Jung, rüyaların zihnin doğrudan ifadeleri olduğuna inanır. Rüyaları bir sembol ve metafor dili olarak gören Jung anlaşılması zor olan bu dilin tüm insanlık bilincine ilişkin evrensel arketiplerden (ya da imgelerden) oluştuğunu iddia eder. Jung'a göre rüyaların iki işlevi vardır: Bunlardan ilki, insanların ruhsal dünyamızdaki dengesizlikleri telafi etmesi ve ikincisi bireye geleceğe dönük imgeler sağlamasıdır (Winborn, 2016: 490-508).

REM'in keşfiyle rüyalar konusunda Aktivasyon-Sentez kuramı ortaya atılmıştır. Hobson ve Robert McCarley tarafından rüya konusuna yeni bir bakış açısı getiren kurama göre (Perogamvros vd., 2017: 1766-1777), REM uykusu sırasında EEG'ler olarak adlandırılan elektrik sinyallerinin beyinden geçtiği, beynin bu rastgele uyarıyı anlamaya çalışarak doğal olarak tepki verdiği iddia edildi. Kurama göre rüyaların içsel bir anlamı yoktur; beynin normal aktivitesinin

sadece bir yan etkisidir. Bu teori o dönemde yenilikçi bir yaklaşım olarak kabul edilmiş ancak, teknolojinin sürekli ilerlemesi sonucu büyük ölçüde revizyonuna uğramıştır.

Antti Revonsuo, rüyaların işlevi hakkında ikna edici bir kuram öneren en yeni araştırmacılardan biridir (Domhoff ve Schneider, 2018). Revonsuo, REM uykusuna geçildiğinde, amigdala'nın hayatta kalma tehdidi sırasında gösterdiği tepkilere benzer şekillerde çalıştığını keşfetti. Kuram "Negatif rüyaların birincil işlevi"nin, benzer gerçek olayların provası olduğunu iddia eder. Bu prova sayesinde uyanık olduğumuz zamanlarda algıladığımız tehditleri tanımamız ve onlardan kaçınmamız daha hızlı ve daha otomatik olarak gerçekleşir. Başka bir ifadeyle, rüyalar, güvenli olmamız için bize yardımcı olacak evrimsel bir özelliktir.

## 2. Amaç

Bu çalışmanın amacı Yu, C.K-C. (2018). tarafından geliştirilen ve revize edilen Rüya Motifleri Ölçeğini Türkçeye uyarlamaktır.

### 2.1. Alt Amaçlar

1. Motifleri Ölçeğinin Türkçeye dil geçerliği nedir?
2. Motifleri Ölçeğini Faktör analizi sonuçları uyarlamayı desteklemekte midir ?
3. Motifleri Ölçeğinin Uyum geçerliği kabul edilebilir sınırlar içinde midir ?

### 3.2. Sınırlılıklar

1. Bu çalışma klinik bir nitelik taşımamaktadır. Bir sosyal bilimler çalışmasıdır.
2. Araştırmada örneklem grubunu üniversite öğrencileri oluşturmuştur. Diğer yaş ve eğitim grupları kapsam dışıdır.
3. Herhangi bir psikolojik sorunu sebebiyle teşhis konmuş veya tedavi görmüş bireyler üzerinde yapılmış bir araştırma değildir. Normal bireyleri kapsamaktadır.

### 3.3. Önem

Araştırmanın ülkemizde Rüya konusuna bilim insanlarının dikkatini çekmesi umulmaktadır. Bununla birlikte uyarlaması yapılan Rüya Motifleri Ölçeği kullanılarak farklı araştırmaların yapılmasına zemin hazırlanacağı düşünülmektedir. Konuya ilgi duyan bilim insanlarına Rüyalar konusunda farklı ölçme araçları uyarlama ya da geliştirme fikri vermesi de beklenmektedir.

## 4. Yöntem

Araştırmaya Rüya Motifleri Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanabilmesi için gerekli izinin alınması ile başlanmıştır. Konu ile ilgili gerekli literatürün taranmasının ardından orijinal ölçek İngiliz Dili ve Edebiyatı Bölümü ile Mütercim-Tercümanlık bölümünden üç öğretim

elemanı tarafından Türkçeye çevrili yapılmıştır. Üç çeviride farklı olan ifade ve kavramlar müzakere edilerek gerekli düzenlemelere gidilmiştir. Psikoloji ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı'nda görev yapan 2 akademisyenin görüşü de alındıktan sonra sınanmak amacıyla ilk Türkçe Form elde edilmiştir. Araştırmada üç ayrı örneklem grubu ile çalışılmıştır. Önce İngiliz Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı İle İngilizce Tercümanlık bölümü son sınıfta okuyan ve yüksek lisans yapan 64 kişilik gruba, 3 hafta arayla Rüya Motifleri Ölçeğinin İngilizce Orijinal Formu ve Türkçe çevirisi uygulanmıştır. Çeviri güvenilirliğinin sağlanmasının ardından 401 kişiden oluşan Üniversite öğrenci grubuna Türkçe form uygulanmış ve bu gruptan elde edilen veriler üzerinde güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmalarının sonunda da 201 kişiden oluşan ayrı bir örneklem grubuna Kısa Semptom Tarama Envanteri ile birlikte uygulama yapılmıştır. Son uygulamada iki ölçekten elde edilen verilerin korelasyonları hesaplanmıştır.

### 3.1. Veri Toplama Araçları

Yu, C.K-C. (2018). tarafından geliştirilen ve revize edilen Rüya Motifleri Ölçeği, rüya anlatılarının sıklığı üzerinden değerlendirilen bir ölçektir. Rüya Motifleri Ölçeği sadece bir psikometrik ölçüm olarak değil, aynı zamanda rüya raporlarında temaları analiz etmek için bir sınıflandırma sistemi olarak da kullanılabilir. Ayrıca, ölçek puanlarının çok çeşitli kişilik ve psikopatolojik faktörlerle ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Rüya Motifleri Ölçeğinin önemli bir dezavantajının, katılımcıların 100 rüya temasını okumaları ve her birini derecelendirmeleri için nispeten zaman alıcı olmasıdır. Bu nedenle, Yu (2018), Rüya Motif Ölçeğinin iki kısa versiyonunu geliştirmiştir. "Rüya Motifi Ölçeği – Kısa Form – 15", ve "Rüya Motifi Ölçeği – Kısa Form – 20" olarak isimlendirdiği formlardan ilki üç, sonraki dört boyuta sahiptir. Bu çalışmada Türkçeye uyarlanmak amacıyla "Rüya Motifi Ölçeği – Kısa Form – 20" seçilmiştir. Bu formun diğerinden farkı, yazarın "İştah-İçgüdü" olarak isimlendirdiği, Türkçe uyarlamada "Tatminsizlik/Doyumsuzluk" olarak kavramlaştırılan 5 ek maddeyi içermesidir. Yu (2018) ölçeğin Cronbach Alfa değerini .906 olarak hesaplamıştır. Madde toplam korelasyon katsayıları .490 ile .676 arasında değişmektedir. Son boyut eklenmeden önce üç faktörlü model, varyansın%51.1'ini oluşturmuştur. Cronbach Alfa değerleri üç alt ölçek için her biri 0.7 geleneksel seviyenin oldukça üzerinde gözlenmiştir. Üç faktör puanlarının birbirleriyle pozitif olarak ilişkili olduğunu vurgulayan Yu, son boyut olarak eklediği İştah-İçgüdü (Tatminsizlik/Doyumsuzluk) alt ölçeğinin güvenilirlik değerini de (.742) olarak saptamıştır. Her iki versiyonun da iyi psikometrik özelliklere sahip olduğunu belirten Yu; bunun gelecekte başka örneklerde test edilmesi gerektiğini de vurgulamaktadır.

Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory) genel bir psikopatoloji değerlendirmesi yapacak kısa ancak geçerli ve güvenilir olan ölçeklere duyulan ihtiyaç üzerine Derogotis (1992) tarafından geliştirilmiş Likert tipi kendini değerlendirme türü bir envanterdir. Kısa Semptom Envanteri, SCL-90-R ile yapılan çalışmalar sonucunda ortaya çıkan SCL-90-R'nin kısa formudur. SCL-90-R'nin dokuz faktörüne dağılmış olan 90 madde arasından, her faktörde en yüksek yükü almış toplam 53 madde seçilmiştir. Şahin ve Durak (2002: 125-135) tarafından yapılan Türkiye uyarlamasında KSE'nin "Anksiyete", "Depresyon", "Olumsuz Benlik", "Somatizasyon" ve "Hostilite" olmak üzere beş faktörden oluştuğu bulunmuştur. Şahin ve Durak (2002: 125-135) yapılan çalışmalarda KSE'nin güvenilirliği kontrol edilmiştir. Ölçeğin üç ayrı çalışmada iç tutarlılığı toplam puanından elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları .96 ve .95; alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .55 ile .86 arasında değişmektedir. Yurtdışında yapılan araştırmalarda bu değerlerin .71 ve .85 arasında olduğu belirtilmiştir (Savaşır ve Şahin, 1997).

### **3.2. Veri Çözümleme Yöntemleri**

Verilerin analizinde, Rüya Motifleri Ölçeği'nin yapı geçerliliğini ortaya koymak ve maddelerin faktör yüklerini belirleyerek boyutlandırabilmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizine başlamadan önce verilerin uygunluğunu saptamak üzere Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett Sphericity testi hesaplanmıştır. Ölçek puanlarının güvenilirliğini incelemek için ise Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Ölçüt Bağıntılı Geçerliliği'ni sınamak amacıyla, Rüya Motifleri Ölçeği ile Kısa Semptom Tarama Envanterinin alt boyutların arasında korelasyonlara bakılmıştır.

## **4. Bulgular**

### **4.1. Dilsel Eşdeğerlik**

Ölçeğin çeviri güvenilirliğini test etmek amacıyla İngiliz Dili ve Edebiyatı son sınıf ve master öğrencilerinden oluşan 64 kişilik bir gruba üç hafta ile Türkçe ve İngilizce formlar uygulanmış ve iki uygulama arasındaki korelasyon hesaplanmıştır. Rüya Motifleri Ölçeğinin dilsel eşdeğerliği için yapılan analizler sonucunda Türkçe ve orijinal form puanları arasındaki korelasyonların Gerçek Dışılık alt ölçeği için .96, Şişirilmiş Kendilik alt ölçeği için .96, Kötülük Kuruntusu alt ölçeği için .98, Tatminsizlik-Doyumsuzluk alt ölçeği için ise .97 olarak gözlenmiştir.

#### 4.2. Geçerliliğe İlişkin Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliliğini ortaya koymak ve maddelerin faktör yüklerini belirleyerek boyutlandırabilmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizine başlamadan önce verilerin uygunluğunu saptamak üzere Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett Sphericity testi hesaplanmıştır. KMO değeri .84 bulunmuş ve Bartlett testi sonucu da  $\chi^2 = 2398.28$ ,  $p = 0.000$  anlamlı çıkmıştır (Tabachnick ve Fidel, 2015). Tablo 1’de 20 maddenin özellikleri sunulmuştur.

Tablo 1’de açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizine ait faktör yükleri verilmiştir. AFA ölçeğin orijinal hali ve alanyazın dikkate alınarak faktör sayısı dört ile sınırlandırılarak yapılmıştır. Beraberinde DFA ile tahminlenen faktör yüklerinin anlamlılığını veren p değerleri tablonun son sütununda sunulmuştur. p değerleri incelendiğinde, söz konusu faktör yüklerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Tablo 2’de görüldüğü gibi Gerçek Dışılık faktör yükü .59 ile .68 arasında değişen 5 maddeden oluşmaktadır. Şişirilmiş Kendilik faktör yükü .67 ile .74 arasında değişen 5 maddeden oluşmaktadır. Kötülük Kuruntusu faktör yükü .57 ile .70 arasında değişen 5 maddeden oluşmaktadır. Tatminsizlik-Doyumsuzluk faktör yükü ise .64 ile .75 arasında değişen 5 maddeden oluşmaktadır. Tüm faktörler toplam varyansın %62.68’ini açıkladığı görülmüştür. Şişirilmiş Kendilik toplam varyansın %24.91’ini açıklamakta olup

**Tablo 1.** Faktör Yük Değerleri

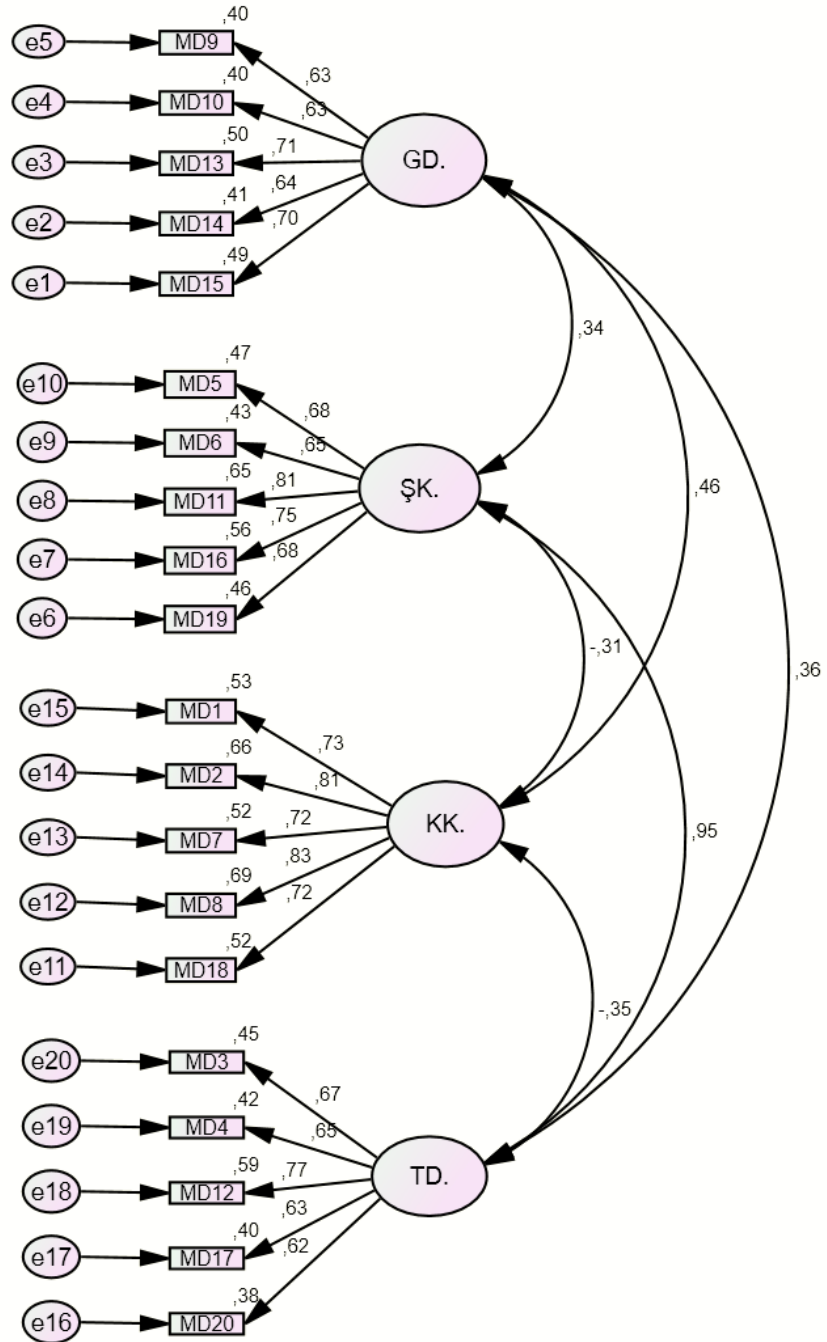
Madde	Gerçek Dışılık		Şişirilmiş Kendilik		Kötülük Kuruntusu		Tatminsizlik-Doyumsuzluk		P***
	AFA*	DFA**	AFA	DFA	AFA	DFA	AFA	DFA	
MD9	.67	.63							.000
MD10	.61	.63							.000
MD13	.68	.71							.000
MD14	.59	.64							.000
MD15	.65	.70							.000
MD5			.67	.68					.000
MD6			.67	.65					.000
MD11			.74	.81					.000
MD16			.71	.75					.000
MD19			.69	.68					.000
MD1					.60	.73			.000
MD2					.63	.81			.000
MD7					.66	.72			.000
MD8					.70	.83			.000
MD18					.57	.72			.000
MD3							.67	.67	.000
MD4							.64	.65	.000
MD12							.75	.77	.000
MD17							.64	.63	.000
MD20							.67	.62	.000

\* Açıklayıcı Faktör Analizine ait faktör yükleri

\*\* Doğrulayıcı Faktör Analizine ait faktör yükleri

\*\*\*DFA ile tahminlenen faktör yüklerinin anlamlılığı

bireylerin kendilerini çok mükemmel olarak gördükleri rüyalarına ilişkin ifadelerden oluşmaktadır. Kötülük Kuruntusu toplam varyansın %17.11'ini açıklamakta olup, bireylerin kötü olaylar yaşadığı rüyalarına ilişkin ifadelerden oluşmaktadır. Gerçek Dışılık toplam varyansın %11.83'ünü açıklamakta olup, paranoyak içeriğe sahip rüyalarına ilişkin ifadelerden oluşmaktadır. Tatminsizlik-Doyumsuzluk toplam varyansın %8.83'ünü açıklamakta olup, bireylerin aç gözlülük ve tatminsizlik içerikli rüyalarına ilişkin ifadelerden oluşmaktadır. Analiz sonuçlarına göre işleyen tüm maddelerin planlanan boyutlarda olduğu görülmüştür.



GD: Gerçek Dışılık; ŞK: Şişirilmiş Kendilik; KK: Kötülük Kuruntusu; TD: Tatminsizlik-Doyumsuzluk

Şekil 1. Doğrulayıcı Faktör Analizi

**Tablo 2.** DFA Sonuçları

Model	$\chi^2$	$\chi^2/sd$	GFI	AGFI	SRMR	RMSEA
Dört Faktörlü Yapı	476.16	2.90	0.92	0.87	0.06	0.07
Ölçütler		$\leq 3$	$\geq 0.85$	$\geq 0.85$	$\leq 0.08$	$\leq 0.08$

Hesaplanan ki-kare, ki-kare/serbestlik derecesi ve uyum iyiliği indeksleri Tablo 3'te sunulmaktadır. Ayrıca tabloda indeksler için, Şimşek (2007: 315-337), Schumaker ve Lomax (2012), Kleine (2004), Anderson ve Gerbing (1984: 155-173), Sümer (2000: 49-74), Browne ve Cudeck (1993: 136-146)'e göre kabul edilen değerlendirme ölçütleri de yer almaktadır.

Tablo 3'te görüldüğü gibi DFA sonuçlarına göre, uyum indeksleri kabul edilebilir değerler olduğundan, ölçek maddelerinin ilgili yapıyla olan modellerinin uygun olduğu yargısına ulaşılmıştır.

#### 4.3. Güvenirliliğe İlişkin Bulgular

Ölçeğin 20 maddesinin güvenilirliği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. “Gerçek Dışılık” alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı .80, “Şişirilmiş Kendilik,” alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı .84, “Kötülük Kuruntusu” alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı .87 ve “Tatminsizlik-Doyumsuzluk” alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı .80'dir. Ölçeğin tümü için elde edilen iç tutarlılık katsayısı ise .81 olarak belirlenmiştir. Elde edilen değerler, bu ölçeğin şişirilmiş benlik duygusunu ölçmek konusunda güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

#### 4.4. Ölçüt Bağımlı Geçerliliği

Uyarlaması yapılan Rüya Motifleri Ölçeği'ni test etmek amacıyla, Kısa Semptom Tarama Envanteri kullanılmıştır. Bu konuda elde edilen bulgular Tablo 3'de gösterilmiştir.

**Tablo 3.** Rüya Motifleri Ölçeği ve Kısa Semptom Tarama Envanteri Sonuçlarına İlişkin Korelasyonlar

RÜYA MOTİFLERİ ÖLÇEĞİ		KISA SEMPTOM TARAMA ENVANTERİ							
		A	D	O	S	H	BT	RC	SE
Gerçek Dışılık	Pearson Correlation	.561**	.414**	.536**	.556**	.499**	.527**	.560**	.395**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	201	201	201	201	201	201	201	201
Şişirilmiş Kendilik	Pearson Correlation	.319**	.280**	.359**	.392**	.293**	.341**	.356**	.285**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	201	201	201	201	201	201	201	201
Kötülük Kuruntusu	Pearson Correlation	.513**	.550**	.513**	.548**	.485**	.508**	.551**	.407**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	201	201	201	201	201	201	201	201
Doyumsuzluk/Tatminsizlik	Pearson Correlation	.374**	.319**	.390**	.366**	.367**	.378**	.399**	.327**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	201	201	201	201	201	201	201	201
RÜYA TOPLAM	Pearson Correlation	.524**	.434**	.533**	.553**	.488**	.520**	.554**	.419**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	201	201	201	201	201	201	201	201

A=Anksiyete D=Depresyon O=Olumsuz Benlik S=Somatizasyon H=Hostilité  
BT=Belirti Toplam Endeksi RC=Rahatsızlık Ciddiyeti Endeksi SE=Semptom Rahatsızlık Endeksi



Rüya Motifleri Ölçeğinin 4 alt boyutu ile Kısa Semptom Tarama Envanterinin 5 alt boyutu arasında hesaplanan korelasyon katsayıları .000 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. İki ölçeğin alt boyutları arasında .561 ile .319 arasında değişen katsayılar hesaplanmıştır. En yüksek korelasyon katsayıları; Gerçek Dışılık ile Anksiyete (.561), Kötülük Kuruntusu ile depresyon (.550 ve Somatizasyon (.548) arasında arasında gözlenmiştir. Göreceli olarak en düşük korelasyonlar ise, Doyumsuzluk ile depresyon (.319) ve Şişirilmiş Kendilik ile Anksiyete (.319) arasında saptanmıştır. Kısa Semptom Envanteri puanları üzerinden hesaplanan Belirti Toplam Endeksi, Rahatsızlık Ciddiyeti Endeksi ve Semptom Rahatsızlık Endeksi ile Rüya Motifleri Ölçeği'nin alt boyutları arasında .000 düzeyinde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular; Rüya Motifleri Ölçeğinin güvenilirliğine ilişkin kanıtlar olarak kabul edilebilir.

### 5. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, Calvin Kai-Ching Yu (2018: 8-16) tarafından geliştirilmiş olan rüya motifleri ölçeğinin Türkçe versyonunun geçerlik ve güvenilirliği incelenmiştir. Ölçek Gerçek Dışılık, Şişirilmiş Kendilik, Kötülük Kuruntusu ve Tatminsizlik-Doyumsuzluk olmak üzere 4 alt boyuttan oluşan 20 maddelik bir ölçektir. Bu araştırmanın sonucunda ölçeğin Türkçe versyonunun yeterli psikometrik özelliklere sahip olduğu görülmüştür.

“Rüya Motifleri Ölçeği” bireyin gördüğü rüyaların içeriğine ve bu içeriğe ait rüyayı görme sıklığına göre psikolojik sağlığı ile ilgili yordama yapmak amacıyla geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçeğin puanlanmasında rüyanın görülme sıklığı esas alınmıştır.

Cevaplayıcıdan, ölçekteki ifadede belirtilen türde rüyayı; asla görmemiş veya emin değilse (1), hayatı boyunca sadece bir veya iki kez görmüşse (2), hayatı boyunca üç kez veya daha fazla görmüşse (3), yaklaşık yılda birkaç defa görüyorsa (4), ayda bir kez veya daha sık görüyorsa (5) şeklinde puanlamaları istenmektedir.

Gerçek Dışılık boyutu septik düşüncelere ve realiteden uzaklaşmaya ilişkin ipuçları taşımaktadır. Bu alt boyutta toplam 5 madde vardır. Bu boyutta yer alan bazı maddeler şunlardır: “Suçlandırıldığınızı ve cezalandırıldığınızı”, “Sıkıntı verdikleri ve hata yaptıkları için başkalarını suçladığınızı”, “Senin hakkında casusluk yapan ya da senin hakkında konuşan bazı insanlar olduğunu” (rüyalarınızda ne sıklıkta görürsünüz). Ölçekteki dereceleme rüyanın görülme sıklığı ile ilgilidir. Bu alt boyuttan elde edilebilecek en yüksek puan 25, en düşük puan ise 5'tir. Yüksek puan, septik ve irrasyonel düşüncelerin ve realiteden uzaklaşmanın düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Egoantrik düşünme tarzını ve narsist fikirleri Şişirilmiş Kendilik boyutu ölçmektedir. Bu alt boyutta toplam 5 madde vardır. Bu boyutta yer alan bazı maddeler şunlardır: “Üstün bilgiye veya zihinsel yeteneğe sahip olduğunuzu”, “Havada uçmak, yükselmek, gezinmek

gibi büyümlü güçlere sahip olduğunuzu”, “Önemli bir kişi ya da ünlü olduğunuzu” (rüyalarınızda ne sıklıkta görürsünüz). Bu alt boyuttan elde edilebilecek en yüksek puan 25, en düşük puan ise 5’tir. Yüksek puan, bireylerin egosantrik düşünce ve narsist kişiliğe yakınlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Kötülük Kuruntusu boyutu paranoyak kişilik özelliklerine yakınlığı ölçmektedir. Bu alt boyutta da toplam 5 madde vardır. Bu boyutta yer alan maddeler şunlardır: “Fiziksel bir zarar görmeden, takip edildiğinizi ya da kovalandığınızı”, “Bazı insanların size komplo kurduğunu”, “Zulüm ve işkence gördüğünüzü” (rüyalarınızda ne sıklıkta görürsünüz). Bu alt boyuttan elde edilebilecek en yüksek puan 25, en düşük puan ise 5’tir. Yüksek puan, aşırıya kaçmış korku ve endişe ile tasvir edilen paranoyak kişilik özelliğine ilişkin ipuçlarının yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Tatminsizlik-Doyumsuzluk boyutu ise bireylerin kontrol etmekte zorlandıkları içgüdüsel isteklerinin şiddetiyle ilgilidir. 5 maddeden oluşan bu boyutta yer alan maddeler şunlardır: “Lezzetli yemekler yediğinizi”, “Para bulduğunuz, piyango kazandığınızı veya zengin olduğunuzu”, “Çok beğendiğiniz veya karşılaşmak istediğiniz kişiyle tanıştığınızı” (rüyalarınızda ne sıklıkta görürsünüz). Bu alt boyuttan elde edilebilecek en yüksek puan 25, en düşük puan ise 5’tir. Yüksek puan, bireyin doyumumsuzluk (aç gözlülük) düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Alpha katsayılarının yüksek olması (Gerçek Dışılık = .80, Şişirilmiş Kendilik= .84, Kötülük Kuruntusu= .87, Tatminsizlik-Doyumsuzluk= .80), alt boyutlarda yer alan maddelerin birbiriyle tutarlı olduğunu göstermektedir. AFA ve DFA sonuçları da ölçeğin geçerliliğini teyit etmiştir.

Uyarlaması yapılan ölçeğin, ölçüt bağımlı geçerliğini yapmak amacıyla Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Kısa Semptom Envanteri; anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite olmak üzere 5 boyuta sahiptir. Rüya Motifleri Ölçeğinin alt boyutları ile Kısa Semptom Envanterinin alt boyutları arasında hesaplanan korelasyon katsayıları; benzer rüyaları görme sıklığı ile ruh sağlığımız arasında bir ilişkinin varlığı olarak kabul edilmiştir.

Sonuç olarak, geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına dayanılarak Rüya Motifleri Ölçeğinin Türkçe versiyonunun bilimsel çalışmalarda uygulanabilir olduğu söylenebilir.

## Kaynakça

- Akot, B. (2010). Dream Interpretation of Freud's Method. *Dinbilimleri. Akademik Araştırma Dergisi Cilt 10, Sayı 1*, ss. 213-235.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1984). The effect of sampling error on convergence, improper solutions, and goodness-of-fit indices for maximum likelihood confirmatory factor analysis. *Psychometrika*, 49(2), 155-173.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). *Alternative ways of assessing model fit*. Sage focus editions, 136-146
- Cipolli, C., Fagioli, I., Mazzetti, M. & Tuozi, G. (2005). Consolidation effect of the processing of declarative knowledge during human sleep: evidence from long-term retention of interrelated contents of mental sleep experiences. *Brain Research Bulletin*, 65, 97-104
- Derogatis, L. R. (1993). BSI Brief Symptom Inventory. Administration, Scoring, and Procedures Manual (4th Ed.). Minneapolis, MN: *National Computer Systems*.
- Domhoff, G. W., ve Schneider, A. (2018). Are dreams social simulations? Or are they enactments of conceptions and personal concerns? An empirical and theoretical comparison of two dream theories. *Dreaming*, 28(1), 1-23. <http://dx.doi.org/10.1037/drm0000080>
- Franklin, M.S., Zyphur, M.J. (2005). The Role of Dreams in the Evolution of the Human Mind. *Evolutionary Psychology, Volume: 3 issue: 1*: 59-78. DOI: <https://doi.org/10.1177/147470490500300106>
- Kleine R. (1998). *Principles and practice of structural Equation modeling*. New York: Guildford Press.
- Michael, S. (2000). Body-Mind Interaction: Dream Content and REM Sleep Physiology. *North American Journal of Psychology; Vol. 2, Iss. 1*, 59-70.
- Perogamvros, L., Baird, B., Seibold, M., Riedner, B., Boly, M. ve Tononi, G. (2017). The Phenomenal Contents and Neural Correlates of Spontaneous Thoughts across Wakefulness, *NREM Sleep, and REM Sleep. Journal of Cognitive Neuroscience. Volume 29, Issue 10*, p.1766-1777. [https://doi.org/10.1162/jocn\\_a\\_01155](https://doi.org/10.1162/jocn_a_01155)
- Savaşır, I. Şahin, N.H. (Ed) (1997) Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara, *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2012). *A beginner's guide to structural equation modeling*. Routledge.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk psikoloji yazıları*, 3(6), 49-74.
- Şahin, N. H., Durak B, A. ve Uğurtaş, S. (2002). Kısa semptom envanteri (KSE): ergenler için kullanımının geçerlilik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13 (2), 125-135.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Ekinoks, 315-337.
- Tabachnick, B. G., & Fidel, L. S. (2015). *Using Multivariate Statistics.*,(Baloğlu, M., Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Winborn, M. (2016) Analytical Psychology and Science: Adversaries or Allies? *Psychological Perspectives*, 59:4, 490-508, DOI: 10.1080/00332925.2016.1240536
- Yu, C.K-C. (2018). Dream Motif Scale – Short Form (2018). *Sleep and Hypnosis: A Journal of Clinical Neuroscience and Psychopathology*;20(1):8-16. <http://dx.doi.org/10.5350/Sleep.Hypn.2016.18.0129>