



Turkish Studies

Educational Sciences

Volume 13/19, Summer 2018, p. 459-471

DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.14094>

ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY

Research Article / Araştırma Makalesi

Article Info/Makale Bilgisi

✍ Received/Geliş: Eylül 2018

✓ Accepted/Kabul: Eylül 2018

✍ Referees/Hakemler: Doç. Dr. Zeynep KARATAŞ - Dr. Öğr. Üyesi E. Ercüment YERLİKAYA

This article was checked by iThenticate.

DEĞER ODAKLI YAŞAM ÖLÇEĞİ: TÜRK KÜLTÜRÜNE UYARLAMA, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Ferah ÇEKİCİ* - Zeynep AYDIN SÜNBÜL** - Asude MALKOÇ*** -
Meltem ASLAN GÖRDESLİ**** - Reyhan ARSLAN*****

ÖZET

Bu araştırmada, Wilson ve Groom (2002) tarafından geliştirilen Değer Odaklı Yaşam Ölçeği' nin (DOYÖ) Türk kültürüne uyarlaması, geçerlik ve güvenirliğin sınanması amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, yaşları 18-32 arasında değişen ve yaş ortalaması 20.61 olan toplam 254 üniversite öğrencisi (214 kız, 40 erkek) oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak, katılımcılara Değer Odaklı Yaşam Ölçeği (Wilson ve Groom, 2002) ile İyilik Hali Yıldızı Ölçeği (Korkut-Owen, Doğan, Demirbaş-Çelik ve Owen, 2016) uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, Değer Odaklı Yaşam Ölçeği' ne uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin iki faktörlü yapıda olduğu ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerlerinin de iyi düzeyde olduğu görülmüştür ($\chi^2 / df = 2.51$; GFI = .87 , CFI = .90 ; TLI = .88 ; RMSEA = .08). Ölçeğin yakınsak yapı geçerliği için, İyilik Hali Yıldızı Ölçeği ile korelasyonun pozitif yönde orta düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür ($r=.40$, $p<.001$). Ölçeğin iç tutarlık katsayısını belirlemek üzere hesaplanan Cronbach Alfa değeri ise tüm ölçek için .90, "Önem" alt ölçeği için .85 ve "Tutarlılık" alt ölçeği için ise .83 olarak bulunmuştur. Testin güvenirliğine ilişkin testi yarılama yöntemi ile her iki alt ölçek için tek-çift maddeler arasındaki korelasyon değerleri hesaplanmış ve "Önem" alt ölçeği için eşdeğer yarılama korelasyonu .84

*  Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Medipol Üniversitesi, El-mek: fcekici@medipol.edu.tr

**  Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Medipol Üniversitesi, El-mek: zsunbul@medipol.edu.tr

***  Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Medipol Üniversitesi, El-mek: amalkoc@medipol.edu.tr

****  Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Medipol Üniversitesi, El-mek: mgordesli@medipol.edu.tr

*****  Arş. Gör., İstanbul Medipol Üniversitesi, El-mek: reyhanarслан@medipol.edu.tr

($p < .000$); “Tutarlılık” alt ölçeği için ise .79 ($p < .000$) olarak bulunmuştur. Sonuç olarak, araştırmada uyarlaması yapılan Değer Odaklı Yaşam Ölçeği’ nin psikometrik özellikleri bakımından Türk kültüründe geçerli ve güvenilirliğe sahip bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Değer odaklı yaşam ölçeği, ölçek uyarlama, kabul ve kararlılık terapisi

THE VALUED LIVING QUESTIONNAIRE: ADAPTATION INTO TURKISH CULTURE, VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

ABSTRACT

The aim of this study to adapt The Valued Living Questionnaire (TVLQ; Wilson and Groom, 2002) into Turkish culture and examine the psychometric properties of validity and reliability. The sample of the study is 254 university students (214 female, 40 male). The age range of the participants was 18-32 along with the average age of 20.61. The data was collected by Valued Living Questionnaire (Wilson & Groom, 2002) and Turkish form of The Well-Star Scale (Korkut-Owen, Doğan, Demirbaş-Çelik & Owen, 2016). The results of confirmatory factor analyses supported the original two factor structure of the scale with the acceptable model fit indices emerged ($\chi^2 / df = 2.51$; $GFI = .87$, $CFI = .90$; $TLI = .88$; $RMSEA = .08$). The evidence over convergent validity of the scale showed medium correlations with well-being scores ($r = .40$, $p < .001$). The internal consistency indicator of Cronbach’s Alpha value was .90 for the whole scale while it was .85 for “Importance” subscale and .83 for “Consistency” subscale. The split-half reliability coefficients were calculated for the subscales. The split-half correlation was found .84 ($p < .000$) for “Importance” subscale and .79 ($p < .000$) for “Consistency” subscale. Thus, the psychometric properties of The Valued Living Questionnaire emerged in this study showed that the scale is a valid and reliable measurement tool of values and valued living.

STRUCTURED ABSTRACT

Introduction

Within the scope of psychology, values are the goals that individuals make a point in their lives and that may show variability in different contexts (Roccas ve Sagiv, 2013). In the field of psychology, values were addressed through different standings by the studies of Allport, Vernon and Lindzey (1960; 1970), Rokeach (1973) and Schwartz (1994) (In Maio, 2017).

The value study by Allport et al., (1960) named as Study of Values, is a significant one in terms of implementing initial definition of personal values and starting the first initiations for measuring this construct. Allport et al., (1970) aimed at measuring the value tendencies of individuals through an assessment tool composed of 45-item hypothetical scenarios. This assessment tool includes questions that

determine whether individuals would prefer to be a banker or politician, to choose teaching a poet or chemistry and etc. (In Maio, 2017).

In the examination of values within the psychological science, especially the studies by Rokeach (1973) and Schwartz (1992) had a lot of contributions. However, when the studies were examined, the scope of these studies seem to be rating/listing the values and focusing on the value tendencies (In.Wilson et al., 2010). Investigation of the related literature yields that the number of studies on valued based living is limited. Thus, the need arose to query whether individuals live their lives in accordance with their values rather than listing and rating their values.

In this regard, the concept of valued living was initially defined in the clinical applications of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) and then in order to evaluate the valued living of individuals the concept was started to be used in various fields (Hayes et al., 1999). According to Acceptance and Commitment Therapy “values are freely chosen, verbally constructed consequences of ongoing, dynamic, evolving patterns of activity, which establish predominant reinforcers for that activity that are intrinsic in engagement in the valued behavioral pattern itself” (Wilson and DuFrene, 2009, 64). In this definition by ACT, values are composed of five main features; “freely chosen”, “structured”, “dynamic and ongoing” “evolving patterns of activity” and lastly “emerged as the internal rewards”.

In Acceptance and Commitment Therapy, rather than the “value”, the concept of “valued living” is the subject matter. In ACT, the valued living, like mindfulness, emergence of beneficial results, decrease of psychological adversities, increase of psychological adaptation and life satisfaction, is one of the notions that forms the essence of therapeutic process (Hayes et al., 2006; Strosahl, Hayes and Wilson, 2004; Wilson and Murrell, 2004). The Valued Living Questionnaire is a self-report inventory in that individuals evaluate themselves whether they live in accordance with their values or not (Hayes et al., 1999). In this study, in order to measure one of the highlighted concepts in the “third wave”, Acceptance and Commitment Therapy that is valued living, it is aimed at adapting The Valued Living Questionnaire into Turkish culture.

Methodology

The sample group of the study was 254 college students (214 female, 40 male), aged between 18-32, attending to the different departments in Istanbul Medipol University. The mean age of the participants was 20.61 (SD=1.73). The sample of the study was determined through convenient sampling method (Fraenkel, Wallen and Hyun, 2011). The data was collected by Valued Living Questionnaire (Wilson and Groom, 2002) and Turkish form of The Well-Star Scale (Korkut-Owen, Doğan, Demirbaş-Çelik and Owen, 2016). SPSS 20 and AMOS 18 package programs were used in data analysis. The confirmatory factor analysis was conducted through AMOS 18 statistical program (Byrne, 2001). Reliability of the scale was calculated with the Cronbach alpha internal consistency coefficient and split half methods.

Findings and Discussion

The aim of this study was to adapt The Valued Living Questionnaire (Wilson and Groom, 2002) into Turkish culture and also examine the psychometric properties. The results of the confirmatory factor analysis for Valued Living Questionnaire confirmed the two-factor structure of the scale and the goodness of fit values emerged were found satisfactory ($\chi^2 / df = 2.51$; GFI = .87 , CFI = .90 ; TLI = .88 ; RMSEA = .08). Given the standardized loading of the items to the factors, the standardized factor coefficients were found between .41 and .73. The convergent validity evidence showed that the scale has positively medium correlations with the Well-Star Scale ($r=.40$, $p<.001$). The Cronbach alpha internal consistency value was found .90 for the whole scale, .85 for importance subscale and .83 for consistency subscale. In addition, the split half reliability indicator showed that the split half correlation was .84 ($p<.000$) for importance subscale and it was .79 ($p<.000$) for consistency subscale. Based on these results and emerged psychometric features, the Valued Living Questionnaire can be accepted as a valid and reliable assessment tool in Turkish culture.

Conclusion and Recommendations

In the first phase of the study, a confirmatory factor analysis was conducted in order to determine the construct validity of VLQ. The results of confirmatory factor analysis showed that the adapted scale also has a two-factor structure as in the original form (Wilson and Groom, 2002). Then, the model fit indices emerged through the confirmatory factor analysis were examined and it was specified that the scale has satisfactory goodness of fit values. Within the scope of reliability analysis, the internal consistency coefficient was calculated and the Cronbach alpha coefficient were found to be satisfactory in the total scale and also subscales. Based on these results, VLQ that was adapted to Turkish culture in this study, can be accepted as a valid and reliable assessment tool.

In the field of psychology, values were implemented to the literature by Allport, Vernon and Linzey (1960; 1970) and started to attract attention of the researchers through the studies of Rokeach (1973) and Schwartz (1994).

Different from these studies, currently a new outlook to the value literature was added by Acceptance and Commitment Therapy. The most important novelty of ACT was, named as the third wave in psychotherapy and is based on postmodernist perspective, examination of “valued living” rather than focusing on values. In this regard, examination of the related literature yielded that before ACT, the studies on values were mainly conducted to list or rate the values.

In the current study, the Valued Living Questionnaire, adapted to Turkish culture takes its theoretical roots from ACT and rather than solely listing or rating the values, scale aims at determining whether individuals live in accordance with their values or not. Therefore, in future theoretical and practical studies that aim at examining whether individuals live in coherent with their values or not, the Valued Living Scale can be utilized. Hereby, rather than discovering the priorities for

values, individuals can be brought out to focus on whether their lives are congruent with their values or not.

Keywords: The valued living questionnaire, scale adaptation, acceptance and commitment therapy

Giriş

Psikoloji bilimi açısından değerler, bireylerin yaşamlarında ilke edindikleri dolayısıyla onların yaşamlarını yönlendiren, durumsal bağlamda değişkenlik özelliği gösterebilen, ulaşılmak istenen hedeflerdir. Yani bireylerin sahip oldukları değerler, yaşamlarına yön veren ilkeler haline dönüşmekte ve dolayısıyla ilkeler bireylerin dünyayı algılama biçimlerini etkilemekte ve bireyler hayata ilişkin önceliklerini, tercihlerini, duygulanımlarını ve eylemlerini bu ilkelere göre yorumlamaktadırlar. Bu bağlamda değerler, insanların neyin iyi ya da kötü olduğuna ve neyin istenilir ya da kabul edilemez olduğuna inandıkları ve neyin yapılmasının uygun olduğu veya olmadığına ilişkin düşüncelerini ifade eden kapsamlı bir kavram olarak değerlendirilmektedir (Roccas ve Sagiv, 2013).

Psikoloji alanında değerler konusu Allport, Vernon ve Lindzey (1960; 1970), Rokeach (1973) ve Schwartz'ın (1994) yaptıkları çalışmalarla çok farklı biçimde ele alınmıştır (Akt. Maio, 2017). Değerler konusunda Allport ve arkadaşlarının (1960) yaptıkları Değerler Çalışması (Study of Values) isimli araştırma, kişisel değerler konusunun tanımlanması ve ölçümüne yönelik ilk girişimleri başlatması bakımından oldukça önemlidir. Allport ve arkadaşları yaptıkları bu çalışmada ünlü Alman filozof ve psikolog Eduard Spranger'ın (1928) düşüncelerinden etkilenmiş ve altı çeşit değer tanımlamasında bulunmuştur. Söz konusu bu değerler; sosyal, teorik, ekonomik, estetik, politik ve dinsel değerlerdir. Her bir kişisel değer, insanların davranışsal açıdan performansa dönüştürmeyi istedikleri gelecekte gerçekleştirilecek bir aktivite çeşidi olarak tanımlanmıştır. Örneğin sosyal değerler sosyal hizmet çalışmaları gibi bir alanda bulunup diğer insanlara yardım etmeyi içeren davranışları içermektedir. Allport ve arkadaşları (1970) geliştirdikleri 45 maddelik hipotetik senaryolardan oluşan bir ölçme aracı ile insanların değer yönelimlerini ölçmeyi amaçlamışlardır. Bu ölçme aracı, bireylerin örneğin bankacı mı yoksa politikacı mı ya da bir şiir öğretmeyi mi yoksa kimya öğretmeyi mi tercih edeceklerine yönelik bir takım sorulardan oluşmaktadır. Allport ve arkadaşlarının değerler kuramı uygulamalı psikoloji alanında daha çok bireylerin kariyer seçimleriyle ilgili araştırmalarda yaygın olarak kullanılmıştır. Allport ve arkadaşlarının değerler kuramı, bireylerin değer seçiminde bulunurken aslında yaşamlarını ideal olarak nasıl yaşamak istedikleri hakkında bilgi sunması bakımından değerlidir (Akt. Maio, 2017).

Değerler konusundaki araştırmalarıyla tanınan Rokeach (1973) ise değerler alanında ayrı bir öneme sahiptir. Şöyle ki Milton Rokeach değerler konusunda çalışmalar yapana kadar, değerler konusu psikoloji alanında üzerinde çok az araştırma yapılan yani çok az ilgi gören bir konu iken Rokeach'ın araştırmalarıyla değerler konusu psikolojide ilgi görmeye başlamıştır ve daha sonrasında Shalom Schwartz'ın araştırmalarıyla ise değerler konusu psikoloji alanında geniş kapsamda yer edinmeye başlamıştır (Akt. Roccas ve Sagiv, 2013).

Rokeach'ın değerler kuramına göre değerler, araçsal değerler (instrumental values) ve amaçsal değerler (terminal values) olarak sınıflandırılmıştır. Rokeach'a göre araçsal değerler, affetme, yardımseverlik ve nazik olma gibi eyleme dönüşen değerler iken; amaçsal değerler ise insan varoluşunun dayandığı temelleri temsil eden memnuniyet, öz-saygı ve bilgelik gibi değerlerdir (Maio, 2017). Diğer bir deyişle araçsal değerler, amaçsal değerlere ulaşmada benimsenen davranış tarzları/biçimleri; amaçsal değerler ise bireylerin ulaşmayı hedeflediği temel yaşam değerleridir. Rokeach belirlediği bu değerleri, Rokeach Değerler Envanteri isimli ölçme aracı ile sınımıştır. Ölçeğe uygulanan çeşitli faktör analiz çalışmaları sonucunda, 18'er tane araçsal ve amaçsal değer

belirlenmiştir. Rokeach Değerler Envanterinde, bireylerden değerleri en az önem derecesinden en fazla önem derecesine göre sıralaması istenmektedir. Rokeach'ın değerler kuramının en önemli iddialarından biri, değer eşitliği kavramının ortaya çıkmasını sağlamasıdır. Buna göre aslında değerlerin sıralaması sadece bir değer diğerinden daha az önemli ya da daha fazla önemli olduğu anlamına gelmemekte aksine değerler, kendi içlerinde derin “psikolojik anlam” lar taşımaktadırlar. Rokeach'ın değerler kuramı ile ilgili ikinci iddia ise, değerlerin öz-benliğin merkezinde yer alıyor olmasıdır. Daha açık bir deyişle değerler, kendimizi nasıl gördüğümüzü yansıtmaktadır. Rokeach'a (1973) göre değerler, tutum ve inanışlarımızın ortasında yer alan bir tür bilişsel ilişki ağları olarak ifade edilmektedir. Örneğin çevreyi koruma değerine sahip bir kişi, toplu taşıma araçlarını kullanmayı özel araç kullanmaya tercih eder. İşte bu noktada bireyin tutum ve inanışı arasında bilişsel bir ilişki ağı kurularak bu değer hayata aktarılması durumu söz konusu olabilir.

Schwartz (1992) ise oluşturduğu değerler kuramında, bireylerin yaşamlarını yönlendirmede etkin rol oynayan 10 tane temel insani değer tanımlamıştır. Söz konusu bu değerler; güç (power), başarı (achievement), haz alma (hedonism), teşvik (stimulation), kendini-yönlendirme (self-direction), evrensellik (universalism), yardımseverlik (benevolence), geleneksellik (tradition), uyum (conformity) ve güvenlidir (security). Schwartz oluşturduğu bu değerleri, Schwartz Değerler Anketi (SDA) isimli ölçme aracıyla sınamıştır. SDA, 10 değer yönelimini tanımlayan 57 maddeden oluşan 7' li likert tipi derecelendirmeye dayalı bir ölçme aracıdır.

Schwartz Değerler Anketi' nde yer alan değerler, grafiksel olarak bir çember şekli ile sembolize edilmiştir. Buna göre çemberdeki değerler, iki temel eksende konumlandırılmıştır; bunlar uyumluluk ve zıtlıklar eksenidir. Uyumlulukta, birbirine yakın ve uyumlu olan değerler; zıtlıkta ise birbirinden uzak ve uyumsuz değerler yer almaktadır. Örneğin hazcılık değeri, geleneksellik değeri ile zıtlık oluştururken, kendini-yönlendirme değeri ise uyum içinde olma değeri ile zıttır. Öte yandan hazcılık değeri kendini-yönlendirme değeri ile uyum içinde iken; geleneksellik değeri ise uyum değeri ile bağdaşım göstermektedir (Schwartz ve Bardi, 2001). SDA' nın 70 farklı ülkede toplam 200 farklı örneklem grubu üzerinde uluslararası geçerliği sınamış; ölçeğin geçerliğine ilişkin yapılan analiz çalışmalarının sonucunda, çembersel (circumplex) bir dizilimdeki uyumluluk ve zıtlıklara göre on değer çeşidinin konumlandığı görülmüştür (Roccas ve Sagiv, 2013). İlerleyen yıllarda Schwartz ve arkadaşları (2001), Schwartz Değerler Anketi' nde bazı temel güçlükler tespit ettikleri için Portre Değerler Anketi (PDA)' ni geliştirmişlerdir. PDA, Schwartz Değerler Anketinde yer alan 10 temel insani değere dayalı oluşturulmuş bir ölçme aracıdır. PDA' da Schwartz Değerler Anketinden farklı olarak ölçekteki ifadeler daha somut, anlaşılır ve sadece okur-yazar olan yani entelektüel düzeyi düşük kişilerin bile kolaylıkla cevaplayacağı tarzda oluşturulmuş sorular yer almaktadır.

Değerler konusunun psikoloji alanında araştırılmasında, şüphesiz özellikle Rokeach (1973) ile Schwartz (1992)' in çalışmalarının çok büyük katkıları olmuştur. Ancak yine de yapılan araştırmalar incelendiğinde çalışmaların daha çok değer derecelendirmesi ya da değer sıralaması ile değer yönelimi boyutlarına odaklandıkları görülmüştür (Akt. Wilson ve ark., 2010). İlgili literatür incelendiğinde değere dayalı yaşamın ele alındığı çalışmaların ise daha kısıtlı kaldığı gözlenmiştir. Böylelikle değer sıralaması ya da derecelendirmesinden ziyade insanların değerleriyle uyumlu bir şekilde hayatlarını ne derecede yaşayıp yaşamadıkları konusunun sorgulanma ihtiyacı hissedilmeye başlanmıştır.

Bu bağlamda “değer odaklı yaşam” kavramı ilk olarak, Kabul ve Kararlılık Terapisinin (KKT) klinik uygulamalarında tanımlanmış ancak daha sonraları ise bu kavram özellikle bireylerin “değer odaklı yaşamlarını değerlendirme” amacıyla daha geniş bir alanda kullanılmaya başlanmıştır (Hayes ve ark.,1999). KKT' ye göre değerler, “özgür bir biçimde oluşturulabilen, süreklilik, dinamiklik ve değişkenlik özelliklerine sahip eylem örüntülerinin sözel olarak yapılandırılmış bir sonucudur (Wilson ve DuFrene,2009, 64). Bu bağlamda KKT' ye göre değerler kavramı, “özgürce

oluşturulmuş”, “yapılandırılmış”, “dinamik ve gelişen bir yapıya sahip”, “ süreklilik arz eden eylem örüntülerinin görülmesi” ve “içsel ödüllere dayalı olarak oluşturulmuş” olmak üzere beş temel bileşenden oluşmaktadır.

Kabul ve Kararlılık Terapisinde (KKT) değerler kavramı yerine “değer odaklı yaşam” kavramı üzerinde çalışılmaktadır. KKT’ de “değer odaklı yaşam” kavramı (Hayes ve ark., 2006; Strosahl, Hayes ve Wilson, 2004), bilinçli farkındalık, önemli sonuçların ortaya çıkması, psikolojik sıkıntıların azalması, psikolojik uyumun artması ve yaşam kalitesinin artması gibi terapi sürecinin “öz” ünü oluşturan kavramlar arasında yer almaktadır (Wilson ve Murrell, 2004). Değer Odaklı Yaşam Ölçeği, bireylerin gündelik hayatlarını ve genel olarak yaşamlarını değer odaklı yaşayıp yaşamadıkları konusunda bireylerin kendilerini değerlendirmelerini sağlayan bir öz-bildirim ölçeğidir (Hayes ve ark, 1999). Bu çalışmada, psikoterapiler alanında “ üçüncü dalga” olarak nitelendirilen yaklaşımlardan biri olan “Kabul ve Kararlılık Terapisi” nde (KKT) sıklıkla vurgulanan “değer odaklı yaşam” kavramının ölçülebilmesi amacıyla “Değer Odaklı Yaşam Ölçeği” nin Türk kültürüne uyarlanması amaçlanmıştır.

Araştırmanın Yöntemi

Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul Medipol Üniversitesi’nin farklı fakültelerinde öğrenim gören, 18-32 yaşları arasındaki toplam 254 (214 kız, 40 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 20.61’dir (SD=1.73). Araştırmanın örnekleme, uygun örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir (Fraenkel, Wallen & Hyun, 2011).

Veri toplama araçları

Değer Odaklı Yaşam Ölçeği (Valued Living Questionnaire; VLQ)

Ölçek, Kabul ve Kararlılık Terapi’ sine dayalı; bireylerin gündelik hayatlarını ve genel olarak yaşamlarını değer odaklı yaşayıp yaşamadıkları konusunda bireylerin kendilerini değerlendirmelerini sağlayan bir öz-bildirim ölçeğidir (Hayes ve ark, 1999). DOYÖ, Wilson ve Groom (2002) tarafından yaşamın 10 temel alanında değer odaklı yaşamı ölçen iki bölümlü bir ölçektir. İlk bölümde katılımcılar, her bir değerın yaşamlarındaki önemini 1’den (Hiç önemli değil) 10’a (Oldukça önemli) kadar derecelendirmektedirler. İkinci bölümde ise katılımcılar son bir hafta boyunca davranışlarının sahip olduğu değerlerle ne ölçüde tutarlı olduğunu derecelendirmektedirler.

Ölçekte değer odaklı yaşamın değerlendirilmesi, iki bölümde gerçekleştirilmektedir. İlk bölüm “Önem” alt boyutu; ikinci bölüm ise “Tutarlılık” alt boyutu olarak isimlendirilmiştir. İlk bölümde, 10 kategori yer almakta olup, her bir kategori 10’ lu likert tipi derecelendirme ölçeğiyle değerlendirilmektedir. İlk bölümde yer alan kategoriler; 1) aile (köken aile), 2) evlilik/çiftler/yakın ilişkiler, 3) ebeveynlik, 4) arkadaşlar/sosyal çevre, 5) iş (çalışma), 6) eğitim/öğretim, 7) dinlenme/eğlence, 8) maneviyat/yaşamda anlam ve amaç, 9) vatandaşlık/toplumsal yaşam, 10) fiziksel öz-bakım (beslenme/egzersiz/hareket/dinlenme/uyku). Ölçeğin ikinci bölümünde ise, bireylerin yaşamlarında son bir haftayı düşünerek ne oranda değerleri doğrultusunda yaşadıklarını değerlendirmeleri istenerek, bireylerin değer odaklı yaşamla ilgili tutarlılık ve süreklilik özellikleri ortaya çıkarılmaya çalışılır. Değerlendirme için, bu bölümde yine likert tipi derecelendirmeden yararlanılır. Ölçeğin bu bölümünde ayrıca değer odaklı yaşama ait davranış örüntüleri ile birey/danışanların gerçek yaşam aktivite/faaliyetleri arasında bir uyum olup olmadığına ilişkin de öz-değerlendirme soruları yer almaktadır.

DOYÖ’da, bireylerin gündelik yaşamlarını ne oranda değer odaklı yaşadıklarını belirlemek amacıyla, “önem” ve “tutarlılık” bileşenlerinin bileşiminden oluşan “değer odaklı bir kompozit (bileşim)” hesap edilmektedir. DOYÖ’ de, her iki bölümden alınan puanlar toplanarak toplam puan elde edilmekte ve puanların yüksekliği değerler odaklı yaşamın varlığına işaret etmektedir.

İyilik Hali Yıldızı Ölçeği

Korkut-Owen, Doğan, Demirbaş-Çelik ve Owen (2016) tarafından geliştirilen ölçek 24 maddeden oluşan 5 boyutlu bir ölçektir. Ölçeğin boyutları, yaşamı anlamlandırma ve hedef odaklı olma, duygusal, bilişsel, fiziksel ve sosyal iyilik halinden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı tüm ölçek için .86, alt boyutlar için ise sırasıyla; .79; .77; .63; .57 ve .71 olarak bulunmuştur.

Süreç

Araştırmanın verileri, 2017-2018 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde İstanbul Medipol Üniversitesi'nin farklı fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerden toplanmıştır. İstanbul Medipol Üniversitesi Etik Kurul izinlerinin alınmasından sonra, ölçek uyarlama aşamaları olan maddelerin özgün dilden hedef dile çevrilmesi, özgün formla taslak formdaki maddelerin eşdeğerliğinin belirlenmesi ve elde edilen Türkçe formun geçerliğinin ve güvenilirliğinin belirlenmesi adımları izlenmiştir (Savaşır, 1994; Hambleton ve Bollwark, 1991; Hambleton ve Kanjee, 1993; Öner, 1987). Bu doğrultuda ölçek, İngilizce ve Türkçe dillerine hâkim olan 5 uzman (4'ü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümü, 1'i İngilizce Öğretmenliği bölümü) tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Daha sonrasında, 2 uzman tekrar çeviri yöntemi ile oluşturulan Türkçe formu yeniden İngilizce'ye çevirmiş ve en uygun çeviriye karar vermişlerdir. Sonraki aşamada ise ölçeğin son hali uygun örnekleme yolu ile belirlenen katılımcılara uygulanmış ve psikometrik özellikleri incelenmiştir.

Verilerin analizi

Araştırmanın ön analizleri ve doğrulayıcı faktör analizine ilişkin varsayımlar SPSS 20 paket programı yardımı ile gerçekleştirilmiştir (IBM, 2011). Aynı program yardımı ile betimsel istatistik ve değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin bulgular ise AMOS 18 programı ile elde edilmiştir (Byrne, 2001).

Bulgular

Ön analizler

Ölçeğin iki faktörlü yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. Verileri analiz etmeden önce, eksik değerler incelenmiş ve bu değerler için boş hücre oranı toplam hücre oranının %5'inden az olduğu için ortalama ile yer değiştirme yöntemi kullanılmıştır. Sonrasında doğrulayıcı faktör analizine ilişkin birtakım varsayımlar test edilmiştir. Normallik dağılımına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri ile doğrusallığına ilişkin bivariat dağılımı her iki varsayımın karşılandığını göstermektedir. Ek olarak, uç değerlere yönelik hesaplanan z puanları, tüm verilerin ± 3.29 ölçüt aralığında yer aldığı ve herhangi bir verinin çıkarılmasına gerek olmadığını göstermiştir (Tabachnick & Fidell, 2006).

DOYÖ' ye İlişkin Model Uyum Değerleri ve Standart Parametreler

Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin varsayımların incelenmesinden sonra, ölçeğin iki faktörlü yapısını test etmek için AMOS 18 programı yoluyla "maksimum olasılık tahmini" yöntemi kullanılmıştır (Byrne, 2001). Model uyum değerleri incelenmeden önce, doğrulayıcı faktör analizinde uyum değerlerini etkileme olasılığı olan değişkenler arasındaki hata varyansları, modifikasyon indeksleri yolu ile kontrol edilmiştir. Daha önce de belirtildiği üzere, ölçek birbiri ile ilişkili iki bölümden oluşmakta ve birinci bölümde değerlerin önemi yer alırken ikinci bölümde bu değerlerle tutarlı davranışlar sorulmaktadır. Bu nedenle, birinci ve ikinci bölümdeki ortak değerler ve bu değerlerle ilişkili davranışlar arasındaki hata varyansları eşlendikten sonra model uyum değerleri kontrol edilmiştir (Brown, 2006).

Sonraki aşamada model uyum değerleri norm ki-kare değeri, Tucker-Lewis indeksi (TLI) ile karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA) ve uyum iyiliği

indeksi (GFI) gibi kriterler kullanılarak incelenmiştir (Kline, 2011). Bu indeks değerlerine ilişkin sonuçlar Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1 DOYÖ’nün ölçüm modellerine ilişkin model uyum değerleri

Uyum indeksleri	DOYÖ’nün ölçüm modeli	Kriter değerler
χ^2/df	2.51	$\chi^2/df < 3$
CFI	.90	CFI > .90
TLI	.88	TLI > .90
RMSEA	.08	.05 < RMSEA < .08
GFI	.87	GFI > .90

Tablo 1’de görüldüğü üzere, norm ki-kare değeri olan 2.51, kriter değeri olan 3’den küçüktür (Kline, 2011). Karşılaştırmalı uyum indeks (CFI) değeri .90 ise kabul edilebilir değerler olan .90-1.00 aralığındadır (Bentler, 1990). Benzer şekilde, RMSEA uyum değeri de .08 olarak bulunmuş ve kriter değerler aralığında (.05-.08) yer almıştır. Modele ilişkin GFI (.87) ve TLI (.88) uyum değerleri, kesme değeri olan .90’dan küçük olmasına rağmen bu değere oldukça yakındır (Kline, 2011; Tucker & Lewis, 1973). Bu durumda, ortaya çıkan uyum indekslerinin birçoğunun, DOYÖ’nün iki faktörlü yapısına ilişkin model uyum koşullarını karşıladığı savunulabilir. Sonraki aşamada, 20 madde ve iki alt boyuttan oluşan DOYÖ’nün standart ve standart olmayan kestirim değerleri incelenmiştir. Kestirim değerlerine ilişkin sonuçların yanı sıra, standart hata, t değeri ve açıklanan varyans değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2 DOYÖ’ye ilişkin standart ve standart olmayan parametreler

Alt boyut	Madde	Standart olmayan faktör yükleri	Standart faktör yükleri	SH	T	R ²
Değerler	Madde1	.60	.47	.08	7.53	.22
	Madde 2	.75	.46	.10	7.37	.21
	Madde 3	1.01	.58	.11	9.29	.34
	Madde 4	.81	.56	.09	9.10	.31
	Madde 5	1.13	.66	.10	11.07	.44
	Madde 6	.82	.59	.08	9.77	.35
	Madde 7	.84	.54	.09	8.87	.29
	Madde 8	.89	.62	.08	10.69	.38
	Madde 9	1.15	.70	.09	12.51	.49
	Madde 10	.97	.70	.08	12.34	.49
Değer odaklı Yaşam	Madde1	.77	.43	.11	6.74	.19
	Madde 2	1.04	.41	.16	6.42	.17
	Madde 3	1.17	.42	.18	6.43	.18
	Madde 4	.84	.56	.09	9.07	.31
	Madde 5	1.25	.53	.15	8.48	.28
	Madde 6	1.06	.67	.09	11.43	.45
	Madde 7	1.03	.56	.11	9.04	.31
	Madde 8	1.32	.67	.11	11.74	.45
	Madde 9	1.44	.73	.11	13.13	.53
	Madde 10	1.12	.55	.12	9.12	.30

Not. Tüm t değerleri istatistiksel olarak anlamlıdır, $p < .001$.

Tablo 2’de yer alan değerler incelendiğinde, maddelere ilişkin standart faktör yüklerinin .41-.73 arasında değiştiği görülmektedir. Brown’a göre (2006) ölçek maddelerinin ilişkili faktöre yüklenebilmesi için faktör yüklerinin en az .30 olması gerekmektedir. Bu varsayımdan hareketle, ölçekteki tüm maddelerin standart faktör yüklerinin bu kriteri sağladığı söylenebilir. Ayrıca, ölçek maddelerinin açıkladığı varyans değeri tüm maddeler için istatistiki olarak anlamlı bulunmuştur ($p < .001$).

Yakınsak geçerlik

Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında yakınsak geçerliği belirlemek üzere, DOYÖ’ nün İyilik Hali Yıldızı Ölçeği (Korkut-Owen, Doğan, Demirbaş-Çelik ve Owen, 2016) ile olan ilişkisine korelasyon analiziyle bakılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucuna göre, DOYÖ ile İyilik Hali Yıldızı Ölçeği arasında pozitif yönde orta düzeyde korelasyonel ilişkili olduğu saptanmıştır ($r=.40$, $p<.001$).

İç tutarlılık

Ölçeğin tamamına ve alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılığı test etmek amacıyla Cronbach alfa değeri hesaplanmıştır. Cronbach alfa değeri tüm ölçek için .90; “Önem” alt ölçeği için .85 ve “Tutarlılık” alt ölçeği için ise .83 olarak bulunmuştur. Ek olarak; testi yarılama yöntemi ile her iki alt ölçek için tek-çift maddeler arasındaki korelasyon değerleri hesaplanmıştır. “Önem” alt ölçeği için eşdeğer yarılar korelasyonu .84 ($p<.000$); “Tutarlılık” alt ölçeği için ise .79 ($p<.000$) olarak bulunmuştur.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, Wilson ve Groom (2002) tarafından geliştirilen Değer Odaklı Yaşam Ölçeği’ nin (DOYÖ) Türk kültürüne uyarlaması ve psikometrik özellikleri araştırılmıştır. Araştırmada ilk olarak geçerlik analizleri kapsamında, DOYÖ’ nun yapı geçerliğini belirlemek üzere doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda Türkçe’ ye uyarlaması yapılan ölçek formunun, Wilson ve Groom (2002) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal formu ile aynı yapı - iki faktörlü yapı- gösterdiği ortaya çıkmıştır. Bir sonraki aşamada ölçeğe uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri incelenmiş ve ölçeğin yeterli uyum iyiliği değerlerine sahip olduğu saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktörlere yüklenmelerine ilişkin dağılımları incelendiğinde ise, tüm maddelerin standart faktör yüklerinin .41-.73 arasında olduğu görülmüştür. Brown’a göre (2006) ölçek maddelerinin ilişkili faktöre yüklenebilmesi için faktör yüklerinin en az .30 olması gerekmektedir. Buna göre, ölçekteki tüm maddelere ait standart faktör yükleri bu kriteri sağlamaktadır. Ayrıca ölçek maddelerinin açıkladığı varyans değerleri incelendiğinde, açıklanan varyans değerinin tüm maddeler için istatistiksel düzeyde anlamlı olduğu görülmüştür ($p < .001$). Ölçeğe ait güvenilirlik analizi kapsamında, iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve ölçeğe ait Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayı değerlerinin tüm ölçek ve alt ölçekler bazında yüksek olduğu gözlenmiştir. Ayrıca testin güvenilirliğine ilişkin testi yarılama yöntemi ile her iki alt ölçek için tek-çift maddeler arasındaki korelasyon değerleri hesaplanmış ve korelasyon değerlerinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Elde edilen tüm bu sonuçlara göre, araştırma kapsamında Türk kültürüne uyarlaması gerçekleştirilen DOYÖ’ nun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Değerler konusu, özellikle felsefe, antropoloji, ekonomi, tarih, siyaset bilimi, sosyoloji, psikoloji ve teoloji gibi birçok farklı alanda üzerinde çok sayıda araştırmaların yapıldığı disiplinler arası niteliğe sahip önemli bir kavramdır (Maio, 2017). Bu bağlamda Bennett ve Gibson (2006), değerlerin kişisel değerlerden mesleki değerlere, ekonomiden estetiğe, hatta politikadan tinsel boyuta değin hayatın her alanında yer aldığını vurgulamışlardır. Psikoloji alanında ise değerler konusu Allport, Vernon ve Linzey (1960; 1970) ile psikoloji literatürüne girmiş Rokeach (1973) ve Schwartz

(1994)' in yaptıkları çalışmalarla ise değerler konusu psikolojide giderek artan oranda ilgi görmeye başlamıştır. Buna göre Allport ve ark. (1960;1970) kişisel değerlerin tanımlanması ve kişisel değer ile kariyer belirlemeye yönelik araştırmalarla değerler konusuna katkıda bulunurken; Rokeach (1973) ise, değerlerin daha derin psikolojik anlam içerdiğine vurgu yapmış ve değerlerin, “bireylerin yaşamlarına yön verme gücüne sahip olduğunu” iddia etmiştir. Rokeach (1973) oluşturduğu değerler kuramında, araçsal değerler ve amaçsal değerler olarak toplamda 36 değer tanımlamasında bulunmuştur. Schwartz (1994) ise bazıları birbiriyle uyum içinde olan bazıları ise zıtlık gösteren 10 temel insani değer tanımlamış ve oluşturduğu Schwartz Değerler Anketi ile bu değerleri sınımlamıştır (Akt. Maio, 2017; Roccas ve Sagiv, 2013). Bu çalışmalardan farklı olarak, yakın zamanda Psikoloji alanındaki değerler konusuna yeni bir bakış açısı getirilmesini sağlayan yaklaşım ise Kabul ve Kararlılık Terapisi' (KKT) dir. Psikoterapiler sınıflamasında üçüncü dalga psikoterapiler olarak adlandırılan ve aynı zamanda postmodernist anlayışa dayanan Kabul ve Kararlılık Terapisi' nin (KKT) getirdiği en önemli yenilik, değerlerden ziyade “değer odaklı yaşam” kavramının araştırılmasıdır. Bu bağlamda ilgili literatür incelendiğinde KKT öncesinde değerlerle ilgili araştırmaların, daha çok değer sıralaması ve derecelendirmesi boyutuna odaklandıkları gözlenmiştir. Bu çalışmada ise Türkçe'ye uyarlaması gerçekleştirilen Değer Odaklı Yaşam Ölçeği, kuramsal temellerini KKT' den almaktadır ve ölçekte, bireylerin değerleri önem sıralamasına göre derecelendirmesinden ziyade değerleriyle uyumlu bir yaşam sürdürüp sürdürmediklerini ortaya çıkarmak amaçlanmaktadır. Bu nedenle değerlerle ilgili gelecekte yapılacak kuramsal ve uygulamalı araştırmalarda, bireylerin yaşamlarını ne oranda değerleriyle uyumlu yaşadıklarını sınamak amacıyla bu araştırma kapsamında Türkçe' ye uyarlaması yapılan Değer Odaklı Yaşam Ölçeği kullanılabilir. Böylelikle bireylerin sahip oldukları değerlerden hangilerinin daha öncelikli olduğundan ziyade, sahip oldukları değerlere uygun yaşamlarını yaşayıp yaşamadıkları boyutuna odaklanmaları sağlanabilir.

Değer odaklı yaşam kavramı, Pozitif Psikoloji kapsamında yer alan önemli değişkenlerden biri olup; söz konusu bu kavram özellikle iyi oluş (well-being) ile yakından ilişkilidir. Roccas ve Sagiv (2013), odağında “bireyi ne mutlu etmekte” sorusu yer aldığı için değer ile iyi-oluş kavramları arasında çok boyutlu bağların var olduğunu iddia etmektedir. Buna göre, değerler birçok boyutuyla kişinin iyi-oluş düzeyiyle yakından ilişkilidir. Örneğin değerler ve değerler için mücadele etme doğal olarak, kişinin varoluşunda yer alan kendini-gerçekleştirmesini sağlayacağı için, pozitif iyi-oluşun ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Roccas, Sagiv, Schwartz ve Knafo (2002)' nun yaptıkları bir araştırmaya göre, pozitif duygulanım ile kendini-yönlendirme, uyarılım ve evrensellik arasında pozitif yönde güçlü korelasyonel ilişki gösterirken; güç ve uyum değeri ile negatif yönde ilişki göstermektedir. Benzer biçimde, Haslam, Whelan ve Bastian (2009) yaptıkları araştırmada değerler ile iyi-oluş arasında tam aracı etkinin var olduğu bir ilişki tespit etmişlerdir. Bu araştırma kapsamında, uyarlaması yapılan DOYÖ ölçeğinin, değer odaklı yaşam ile iyi-oluş arasındaki ilişkileri ortaya çıkarması için gelecekte yapılacak araştırmalarda kullanılabileceği ve böylece alana katkı sunacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak, bu araştırma kapsamında Türkçe' ye uyarlaması gerçekleştirilen Değer Odaklı Yaşam Ölçeği' nin üniversite öğrencileri üzerinde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Ancak bu araştırmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle araştırmada uygun örnekleme yöntemine başvurularak veriler toplanmıştır. Örnekleme seçiminde tesadüfi örnekleme yönteminin kullanılmaması araştırma sonuçlarının genellenebilirliği açısından bir sınırlılıktır. Ek olarak, bu araştırma üniversite öğrencilerinden toplanan veriler ile gerçekleştirilmiş ve söz konusu bulgulara ulaşılmıştır. Ancak, gelecekte yapılacak araştırmalarda DOYÖ' nun geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin, farklı yaş grupları ve farklı popülasyonlar üzerinde gerçekleştirilmesi ve bu gruplardaki psikometrik özelliklerinin incelenmesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- Allport, G. W., Vernon, P. E., & Lindzey, G. (1960). *Study of values*. Oxford, England: Houghton Mifflin.
- Allport, G. W., Vernon, P., & Lindzey, G. (1970). *Study of values* (Revised third ed. and test manual). Chicago IL: Riverside.
- Bennett, M. D. , Gibson, J. M. (2006). *A field guide to good decisions: values in action*. Praeger Publishing.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-246.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York: Guilford.
- Byrne, B. M. (2001). *Structural equation modeling with AMOS: basic concepts, applications, and programming*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fraenkel, J., Wallen, N. & Hyun, H. (2011). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). US: McGraw-Hill Education.
- Hambleton, R.K. & Bollwark, J. (1991). Adapting tests for use in different cultures: technical issues and methods. *Bulletin of the International Testing Commission*, 18, 3- 32.
- Hambleton, R.K. & Kanjee, A. (1993). Enhancing the validity of cross-cultural studies: Improvements in instrument translation methods. *Annual Meetings of the American Educational Research Association*, Atlanta, April 12-16.
- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2009). Big five traits mediate associations between values and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 46, 40-42.
- Hayes, S. C., Luoma, J.B., Bond, F.W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: model, processes, and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1–25.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: an experiential approach to behavior change*. New York: Guilford.
- IBM Corp. (2011). *IBM SPSS statistics for Windows. Version 20.0*. Armonk, NY: IBM Corp.
- Kline, R.B. (2011) *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Press, New York.
- Korkut-Owen, F., Doğan, T., Demirbaş Çelik, N. & Owen, D. W. (2016). İyilik Hali Yıldızı Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 5013-5031.
- Maio, G. R. (2017). *The psychology of human values*. Routledge Press Publishing.
- Öner, N. (1987). Kültürlerarası ölçek uyarlamasında bir yöntembilim modeli. *Psikoloji Dergisi* , 6 (21), 80-83.
- Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S.H., &Knafo, A. (2002). Basic values and five factor model of personality traits. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 28, 789-801.
- Roccas, S.,& Sagiv, L. (2013). Values. Eds. Shane J. Lopez. *The encyclopedia of positive psychology*. Wiley& Blackwell Publication.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: The Free Press.

- Savaşır, I. (1994). Ölçek uyarlamasındaki bazı sorunlar ve çözüm yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 33 (9), 27-32.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the content and structure of values? *Journal of Social Issues*, 50, 19-45.
- Schwartz, S. H., & Bardi, A. (2001). Value hierarchies across cultures: Taking a similarities perspective. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32, 268–290.
- Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M., & Owens, V. (2001). Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32, 519-542.
- Schwartz, S. H. (1992) Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. In *advances in experimental social psychology* (M.P.Zanna, Ed.; vol 25, pp. 1-65), San Diego: Academic Press.
- Strosahl, K., Hayes, S. C., & Wilson, K. G. (2004). An acceptance and commitment therapy primer: Core therapy processes, intervention strategies, and therapist competencies. In S. C. Hayes & K. Strosahl (Eds.), *A practical guide to Acceptance and Commitment Therapy* (pp. 31–58). New York: Springer.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2006). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Tucker, L. R., & Lewis, C. (1973). A reliability coefficient for maximum likelihood factor analysis. *Psychometrika*, 38, 1-10.
- Wilson K.G., Sandoz E.K., Kitchens J., & Roberts M. (2010). The valued living questionnaire: defining and measuring valued action with a behavioral framework. *The Psychological Record*, 2010, 60, 249-272.
- Wilson, K. G. & Groom, J. (2002). *The Valued Living Questionnaire* (Unpublished document) available from the first author at the Department of Psychology, University of Mississippi, University, MS.
- Wilson, K. G., & DuFrene, T. (2009). *Mindfulness for two: An acceptance and commitment therapy approach to mindfulness in psychotherapy*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Wilson, K. G., & Murrell, A. R. (2004). Values work in Acceptance and Commitment Therapy: Setting a course for behavioral treatment. In S. C. Hayes, V. M. Follette, & M. Linehan (Eds.), *Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition* (pp. 120–151). New York: Guilford Press