Ân? Ya?ama Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Ân? Ya?ama Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=15951

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Ân? Ya?ama Ölçe?i, **Özlem Haskan Avc?** taraf?ndan 2016 y?l?nda geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçek, bireylerin mevcut ana odaklanma ve ?imdiki zaman? deneyimleme derecelerini ölçmeyi amaçlamaktad?r. 25 maddeden olu?an ölçek, kabul edilebilir psikometrik özelliklere sahiptir ve bu özellikler, Türk kültürüne özgü ba?lamda geçerli ve güvenilir bir ölçüm sa?lamaktad?r. Ölçe?in geli?tirilmesi, faktör analizi ve iç tutarl?l?k analizleri ile desteklenmi?tir.

Anahtar Kelimeler

Ân? ya?ama, ?imdiki zaman, Fark?ndal?k, Psikometri, Ölçek geli?tirme, Likert ölçe?i.

Yazarlar

Özlem Haskan Avc?

Amaç

Ân? Ya?ama Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin bilinçli olarak deneyimledikleri an?n fark?nda olma, mevcut duygu, dü?ünce ve olaylara yarg?lamadan dikkat etme düzeylerini ölçmek için geçerli ve güvenilir bir araç sunmakt?r. Bu çal??ma, özellikle Türk popülasyonunun kültürel ve dilsel özelliklerine uygun, özgün bir ölçme arac? geli?tirme ihtiyac?ndan do?mu?tur.

Ölçek, psikoloji ve e?itim bilimleri alanlar?nda yap?lan ara?t?rmalarda, bireylerin genel iyilik hali, stres yönetimi ve psikolojik esneklik gibi kavramlarla "an? ya?ama" aras?ndaki ili?kileri incelemek amac?yla kullan?lmak üzere tasarlanm??t?r.

Yap?

Ölçek, genellikle **mindfulness** (bilinçli fark?ndal?k) kavram?n?n temel bile?enleriyle örtü?en, "an? ya?ama" (present moment engagement) psikolojik yap?s?n? ölçmektedir. Bu yap?, bireyin geçmi? kayg?lar?ndan veya gelecek beklentilerinden ziyade, ?imdiki zamana odaklanma yetene?ini temsil eder.

Ölçülen temel bile?enler aras?nda, anl?k deneyimlere aç?kl?k, yarg?lay?c? olmayan kabul ve bilinçli dikkat bulunmaktad?r. Ölçek, bu yap?ya ili?kin 25 madde üzerinden de?erlendirme yaparak, kat?l?mc?n?n an? ya?ama e?iliminin derecesini belirler.

Geçerlik

Ölçe?in yap?sal geçerli?i, **faktör analizi** teknikleri kullan?larak incelenmi?tir. Yirmi be? maddeden

ARABPSYCHOLOGY.COM

olu?an nihai modelin uyumunu belirlemek amac?yla yap?lan analizler sonucunda elde edilen uyum indeksi de?erleri, modelin kabul edilebilir düzeyde oldu?unu göstermi?tir.

Madde faktör yükleri (item factor loadings) incelendi?inde, bu de?erlerin **0.478** ile **0.827** aras?nda de?i?ti?i tespit edilmi?tir. Bu yüksek faktör yükleri, maddelerin ölçülmek istenen temel yap?y? güçlü bir ?ekilde temsil etti?ini ve ölçe?in yap?sal bütünlü?ünün sa?land???n? kan?tlamaktad?r.

Güvenirlik

Ân? Ya?ama Ölçe?i'nin güvenirlik analizlerinde, iç tutarl?l?k katsay?s? temel al?nm??t?r. Ölçe?in madde toplam puan?n?n iç tutarl?l?k katsay?s? (genellikle Cronbach's Alpha) **0.89** olarak hesaplanm??t?r. Bu de?er, ölçe?in yüksek düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?unu göstermektedir.

Ayr?ca, ölçe?in düzeltilmi? madde toplam puan korelasyon katsay?lar? incelenmi? ve bu de?erlerin **0.31** ile **0.68** aras?nda de?i?ti?i belirlenmi?tir. Bu korelasyon aral???, her bir maddenin ölçe?in genel puan?na anlaml? katk? sa?lad???n? ve ölçek maddelerinin homojen oldu?unu teyit etmektedir.

Faktör Analizi

Ölçe?in faktör yap?s?n? ortaya ç?karmak ve maddelerin hangi faktörler alt?nda topland???n? belirlemek amac?yla aç?mlay?c? faktör analizi uygulanm??t?r. Analiz s?ras?nda, **varimax eksen döndürme tekni?i** kullan?lm??t?r.

Bu teknik sayesinde, ölçe?in 25 maddelik modelinin yap?sal uyumu test edilmi? ve elde edilen sonuçlar, ölçe?in teorik olarak beklenen faktör yap?s?n? destekler nitelikte bulunmu?tur. Faktör yükleri ve uyum indeksleri, ölçe?in psikometrik aç?dan sa?lam bir temele oturdu?unu göstermektedir.

Araç

Test Type: Geli?tirme (Developmental) Ölçe?i

Format: 25 madde, 5'li Likert Tipi Derecelendirme

Language Available: Türkçe

Population Group: Yeti?kinler, Üniversite ö?rencileri (Geli?tirme çal??mas? popülasyonu baz al?narak)

Age Group: Belirtilmemi? (Genellikle 18 ya? üstü)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Population Details: Ölçek, Türkiye popülasyonu üzerinde geli?tirilmi?tir.

Test Methodology: 5'li Likert tipi derecelendirme (1=her zaman - 5=hiçbir zaman). Puanlama yönü, yüksek puan?n an? ya?ama düzeyinin yüksekli?ini ifade edecek ?ekilde düzenlenmelidir.

Anahtar Kelimeler

Özlem Haskan Avc?, Ân? ya?ama, Mindfulness, Psikolojik ölçüm, Geçerlik, Güvenirlik, Varimax döndürme.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor

Affiliation Email addresses: haskan@hacettepe.edu.tr

Correspondence Address: Hacettepe Üniversitesi (Ölçe?in yay?nland??? tarihteki kurum bilgisi baz al?narak)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, akademik bir dergide yay?nlanm?? olup, ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?lmas? için genellikle yazardan izin al?nmas? tavsiye edilir. Sorumlu yazar?n ileti?im bilgileri mevcuttur. Ölçe?in geli?tirildi?i ve yay?nland??? y?l **2016**'d?r.

Ölçe?in orijinal makalesi ve detayl? bilgileri a?a??daki ba?lant?dan incelenebilir: kefad.ahievran.edu.tr.

The original PDF can be downloaded here: ani-yasama-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

Haskan-Avc?, Ö. (2016). Ân? Ya?ama Ölçe?inin geli?tirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi K?r?ehir E?itim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 17*(3), 177-192.

Ân? Ya?ama Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçe?in orijinal maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Kullan?m için orijinal makaleye ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM