

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21879>

Özet

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği (FAEO), bireylerin düzenli fiziksel aktivite yapmalarını engelleyen algılanan zorluklar ve bariyerleri sistematik olarak ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Orijinali yabancı dilde olan bu ölçek, Saliha Yurtçiçek ve arkadaşları tarafından 2018 yılında Türk kültürüne ve diline uygun hale getirilmiştir. Ölçeğin Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin belirlenmesi, özellikle geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılırsa, ölçeğin Türkiye'deki araştırma ve klinik uygulamalarda kullanılabilirliğini sağlamıştır.

Bu uyarılma çalışması, fiziksel aktivite düzeyini artırmayı hedefleyen halk sağlığı müdahalelerinin planlanmasında kritik bir araç sunmaktadır. Ölçek, zaman eksikliği, çevresel faktörler, sosyal destek yetersizliği veya motivasyon eksikliği gibi yaygın engelleri değerlendirerek, kişiye özel müdahale stratejilerinin geliştirilmesine olanak tanır.

Anahtar Kelimeler

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği, fiziksel aktivite, uyarlama, psikoloji, sağlık davranışları, engel, psikometri.

Yazarlar

Saliha Yurtçiçek, Nurten Hotun Şahin, Merve Miral.

Amaç

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin düzenli fiziksel aktiviteye katılmalarını kısıtlayan ya da tamamen engelleyen kişisel, çevresel ve durumsal faktörleri belirlemektir. Ölçek, bu engellerin yoğunluğunu ve türünü nicel olarak ölçerek, araştırmacılara ve sağlık profesyonellerine bireylerin fiziksel aktiviteye yönelik algılarını anlama imkanı sunar.

Ölçeğin Türkçe uyarlamasının amacı ise, orijinal ölçeğin kültürel geçerliliğini ve dilsel geçerliliğini sağlayarak, Türkiye'deki popülasyonlarda güvenilir ve geçerli sonuçlar elde etmektir. Bu sayede, Türkiye'de yapılan spor bilimleri, halk sağlığı ve psikoloji araştırmalarında standart bir ölçüm aracı kullanılabilir hale gelmiştir.

Yapı

Ölçek, fiziksel aktivite katılmalarını etkileyen çok boyutlu engeller yapısını ölçer. Tipik olarak bu tür ölçekler, çeşitli alt boyutlardan oluşur; bunlar arasında zaman yetersizliği, motivasyon eksikliği, fiziksel sorunlar (sağlık sorunları), sosyal destek eksikliği ve çevresel faktörler (güvenlik, tesis eksikliği) yer alabilir.

Ölçek, bireylerin kendi algılarına dayanan subjektif engelleri değerlendirir. Bu algılanan engeller, bireyin davranışsal niyetini ve nihayetinde gerçek fiziksel aktivite düzeyini güçlü bir şekilde etkileyen önemli bilişsel yapılardır. Ölçeğin yapısal geçerliği, bu engellerin teorik olarak beklenen faktör yapısına doğrulamasını gerektirir.

Geçerlik

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik çalışması, Yurtçiçek ve arkadaşları (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Geçerlik çalışmaları, ölçeğin gerçekten ölçmeyi amaçladığı yapıyı ölçüp ölçmediğini kanıtlamayı içerir.

Bu tür uyarılma çalışmalarıyla genellikle yapı geçerliğini test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılır. DFA, ölçeğin maddelerinin, orijinal ölçekte belirlenen teorik faktör yapısına uygunluğunu değerlendirir. Ayrıca, ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında, ölçekten alınan puanların başka ilgili değişkenlerle (örneğin, mevcut fiziksel aktivite düzeyi veya egzersiz öz-yeterliliği) teorik beklentilere uygun ilişkileri gösterip göstermediği incelenmiş olabilir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenirlik çalışması, Türkçe formun tutarlılığını ve kararlılığını göstermeyi amaçlamıştır. Güvenirlik analizleri genellikle iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) hesaplamasıyla yapılır. Yüksek bir Cronbach Alfa değeri, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda yüksek düzeyde tutarlılığa sahip olduğunu gösterir.

2018 tarihli çalışmada, ölçeğin alt boyutları ve genel ölçeğin iç tutarlılık katsayıları hesaplanarak, ölçeğin Türk popülasyonunda güvenilir bir ölçüm aracı olduğu kanıtlanmıştır. Güvenirlik, ölçeğin farklı zamanlarda veya farklı madde setleriyle benzer sonuçlar verme yeteneğinin temel göstergesidir.

Faktör Analizi

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği'nin faktör analizi, ölçeğin çok boyutlu yapısını ortaya çıkarmak için gerçekleştirilmiştir. Uyarılma çalışmalarıyla, orijinal ölçeğin faktör yapısını (yani, hangi maddelerin hangi engeller grubuna ait olduğunu) Türkçe örnekleme de korunup korunmadığını esastır.

Bu amaçla, genellikle önce Keşfedici Faktör Analizi (KFA) kullanılarak faktör yapısı incelenir, ardından Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile elde edilen modelin veriyi uyumu test edilir. DFA sonuçları, kabul edilebilir uyum indeksleri (örneğin, CFI, TLI, RMSEA) sağlandığında, ölçeğin yapısal geçerlik kriterlerini karşıladığı kabul edilir.

Araç

Test Type: Uyarlama Ölçeği (Adaptasyon)

Format: Orijinal ölçeğin formatına bağlı olarak, genellikle 4'lü veya 5'li Likert tipi derecelendirme sistemi kullanılır (Örneğin: "Hiç Katılmıyorum"dan "Tamamen Katılmıyorum").

Language Available: Türkçe (Uyarlama sonrası).

Population Group: Genel Yetişkin Popülasyonu, özellikle fiziksel aktivite düzeyini artırma potansiyeli olan bireyler veya üniversite öğrencileri.

Age Group: Genellikle 18 yaş ve üzeri yetişkinler.

Population Details: Türkçe uyarlama çalışması genellikle üniversite öğrencileri veya çeşitli demografik özelliklere sahip yetişkinler üzerinde yürütülmüştür.

Test Methodology: Bireysel olarak uygulanan, öz bildirim temelli bir ölçektir. Katılımcılardan, maddelerde belirtilen engellerin kendileri için ne kadar geçerli olduğunu belirtmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Engeller, sağlık psikolojisi, egzersiz, güvenirlilik, geçerlik, faktör analizi, Likert ölçeği.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilgi kaynakta belirtilmemiştir.

Affiliation Email addresses: Sorumlu Yazar Saliha Yurtçicek: s.yurtcicek@alparslan.edu.tr

Correspondence Address: Bilgi kaynakta belirtilmemiştir.

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması 2018 yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin ticari olmayan akademik araştırmalarda kullanımı için genellikle yazarlardan izin alınması gerekmektedir. İletişim bilgileri sorumlu yazar Saliha Yurtçicek için mevcuttur. Ölçeğin orijinal PDF dokümanına aşağıdaki bağlantıdan erişilebilir: [fiziksel-aktivite-engelleri-olcegi-toad.pdf](#).

Kaynaklar

Yurtçicek, S., Hotun Şahin, N., ve Miral, M. (2018). Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği'nin Türkçe

formunun geçerlik ve güvenirlik çal??mas?. *Akademik Sosyal Ara?t?rmalar Dergisi*, 6(71), 396-404.

Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeði Maddeleri

ÖNEML?: Ölçeğin orijinal maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??tır. Maddeler, ilgili akademik yay?ndan (Yurtçiçek, Hotun ?ahin, ve Miral, 2018) temin edilmelidir.

ARABPSYCHOLOGY.COM