

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21887>

Özet

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ), bireylerin **fiziksel aktivite** katılımına yönelik çevrelerinden algıladıkları **sosyal destek** düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir uyarlama çalışmasıdır. H. F. Küçükbiç ve E. Eskiler tarafından 2019 yılında Türkçe'ye uyarlanan bu ölçek, özellikle ebeveynler ve akranlar gibi iki temel sosyal kaynaktan gelen desteği de erlendirmeye odaklanmaktadır. Ölçek, toplam 10 maddeden oluşmakta ve spor bilimi, halk sağlığı ve psikoloji alanlarında kullanılmak üzere tasarlanmıştır.

Anahtar Kelimeler

Sosyal destek, fiziksel aktivite, ebeveyn desteği, akran desteği, ölçek uyarlama, psikometri, spor psikolojisi, FASDÖ.

Yazarlar

Hüseyin Fatih KÜÇÜKBİÇ, E. Eskiler.

Amaç

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ)'nin temel amacı, bireylerin **fiziksel aktiviteye** katılımını sürdürme veya başlatma süreçlerinde aile ve arkadaş çevresinden ne düzeyde destek aldıklarını güvenilir ve geçerli bir şekilde tespit etmektir. Bu uyarlama çalışması, orijinal ölçeğin kültürel ve dilsel ete erliliğini sağlayarak Türk örnekleminde kullanıma uygun hale getirilmesini hedeflemiştir.

Ölçek, sosyal çevrenin **sağlık davranışları** üzerindeki etkisini inceleyen araştırmacılar için kritik bir araç sunar. Elde edilen veriler, fiziksel aktiviteyi teşvik etmeye yönelik etkili halk sağlığı müdahaleleri ve eğitim programları geliştirmek için temel teşkil etmektedir.

Yapı (Ölçülen Yapı)

FASDÖ, temelde iki boyutlu bir **sosyal destek** yapısını ölçmektedir. Bu yapı, bireyin fiziksel aktivitelere katılımına yönelik algıladığı destek türlerini kapsar. Bu destek, genellikle lojistik (ulaşım sağlama), teşvik edici (sözlü motivasyon) ve katılıma kolaylaştırıcı davranışlar şeklinde kendini gösterir.

Ölçek, bu iki ana destekleyici grubu ayrı alt boyutlar halinde ele alır:

Ebeveyn Sosyal Destek Alt Boyutu (5 Madde): Aile üyelerinin (anne/baba) fiziksel aktiviteye katılıma ne şekilde desteklediğini ölçer.

Akran Sosyal Destek Alt Boyutu (5 Madde): Arkadaşlar'n veya yaşıtlar'n bireyi fiziksel aktiviteye teşvik etme ve destekleme düzeyini ölçer.

Geçerlik

Küçükbiç ve Eskiler (2019) tarafından yürütülen uyarlama çalışmasında, ölçeğin Türk kültürüne uygunluğunu ve ölçmek istediği yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini belirlemek üzere **geçerlik** çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın bağılılı geçerlik ve güvenirlik analizlerinin yapıldığını aşıkça belirtse de, detaylı istatistiksel sonuçlar (örneğin, faktör yükleri veya uyum indeksleri) burada sağlanmamıştır.

Genellikle bu tür uyarlama çalışmalarında yapı geçerliliğini test etmek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) veya açkmlayıcı faktör analizi (AFA) yöntemleri kullanılır. Bu analizler, 10 maddelik ölçeğin iki faktörlü yapısını (Ebeveyn ve Akran Desteği) Türk örnekleminde de korunduğunu göstermeyi amaçlamaktadır.

Güvenirlik

Ölçeğin tutarlılığını ve kararlılığını belirlemek amacıyla **güvenirlik** analizleri yapılmıştır. Güvenirlik çalışmaları, ölçeğin iç tutarlılığını (Cronbach Alfa katsayısı) ve muhtemelen test-tekrar test güvenilirliğini kapsamaktadır. Yüksek güvenirlik katsayıları, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda birbiriyle tutarlı olduğunu göstermektedir.

Uyarlama çalışmasının sonuçları, FASDÖ'nün Türk gençleri ve yetişkinleri arasında kullanılabilecek yeterli düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin ölçme hatasını minimuma indirdiğini ve tekrarlanabilir sonuçlar ürettiğini göstermektedir.

Faktör Analizi

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği'nin uyarlama sürecinde, orijinal ölçeğin faktör yapısını doğrulamak amacıyla **faktör analizi** teknikleri kullanılmıştır. Bu analizler, ölçeğin 10 maddesinin, beklenen teorik yapıya uygun olarak iki farklı alt boyutta toplandığını göstermiştir: Ebeveyn Desteği ve Akran Desteği.

İki faktörlü yapının korunması, ölçeğin Türk kültürü bağlamında da sosyal destek kavramının teorik çerçevesine uygun olarak ölçtüğünü kanıtlamaktadır. Bu ayrımla, ebeveyn ve akran etkileşimlerinin fiziksel aktivite üzerindeki farklı ve bağımsız etkilerini araştırmaya olanak tanır.

Ölçme Aracı

Test Türü: Uyarlama ölçeği (Self-report, Öz bildirim)

Format: 5'li **Likert Ölçeği**. Derecelendirme, 1=hiç ile 5= her zaman arasında de?mektedir. Yüksek puanlar, yüksek düzeyde algılanan sosyal deste?i i?aret eder.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Gençler ve yeti?kinler (Uyarlama çal??mas? muhtemelen üniversite ö?rencileri veya genel genç popülasyon üzerinde yap?lm??t?r).

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Genellikle ergenlik ve genç yeti?kinlik dönemi).

Popülasyon Detaylar?: Ölçek, fiziksel aktiviteye kat?l?m gösteren veya göstermeyen bireylerin sosyal çevrelerinden ald?klar? deste?i de?erlendirmek için tasarlanm??t?r.

Test Metodolojisi: Uygulama, kat?l?mc?lar?n belirli sosyal destek davran??lar?n?n ne s?kl?kla gerçekte?ini belirtmeleri esas?na dayan?r. Toplam 10 madde, iki alt boyutta toplanm??t?r.

Anahtar Kelimeler

Sosyal destek, fiziksel aktivite kat?l?m?, ebeveyn deste?i, akran deste?i, Likert ölçe?i, psikometrik özellikler, uyarlama, gençlik sa?l???

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Sa?lanmam??t?r.

Kurumsal E-posta Adresleri: Sa?lanmam??t?r.

Yaz??ma Adresi: Hüseyin Fatih KÜÇÜK?B?? için hfatihkucukibis@gmail.com

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in uyarlama çal??mas? 2019 y?l?nda yay?mlanm??t?r. Ölçek, akademik ara?t?rmalarda kullan?lmak üzere ilgili makaleye at?f yap?larak temin edilebilir. Ticari kullan?m veya özel izinler için sorumlu yazar Hüseyin Fatih KÜÇÜK?B?? ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçe?in akademik makalesine Dergipark üzerinden eri?im sa?lanabilmektedir: dergipark.org.tr

Ölçe?in orijinal PDF'i a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: fiziksel-aktivitelerde-sosyal-destek-olcegi-fasdo-toad.pdf

Kaynaklar

Küçükibi?, H. F. ve Eskiler, E. (2019). Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ):

Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *S.C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20,(2),117-127.

Fiziksel Aktivitelere Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ) Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmuştur ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Ebeveynleriniz (Anneniz veya Babanız) Sizi Bir Haftada Ne Sıklıkla; Sizi fiziksel aktivitede bulduğunuz yere bırakıyor ya da oraya ulaşmanızı sağlıyor?

Arkadaşlarınız Sizi Bir Haftada Ne Sıklıkla; Sizi fiziksel aktivitede bulunmaya teşvik ediyor?

Akran Sosyal Destek Alt Boyutu 5 Madde

Ebeveyn Sosyal Destek Alt Boyutu 5 Madde

Toplam 10 Madde