

Serbest Zaman Doyum Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Serbest Zaman Doyum Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30095>

Özet

Serbest Zaman Doyum Ölçeği, bireylerin serbest zaman aktivitelerinden elde ettikleri doyum düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikolojik bir araçtır. Ölçek, genellikle serbest zaman katılımlarının bireyin yaşam kalitesi ve iyi oluşu üzerindeki etkilerini değerlendirmek için kullanılır. Orijinal ölçeğin Türkçeye psikometrik adaptasyonu, H. Gökçe ve K. Orhan tarafından 2011 yılında gerçekleştirilmiştir. Bu uyarlama çalışması, ölçeğin Türk kültürüne özgü geçerlik ve güvenilirlik özelliklerini inceleyerek, alan araştırmalarında kullanıma zemin hazırlamıştır. Ölçek türü, orijinal bir araçın dil ve kültüre adaptasyonunu ifade eden bir **Uyarlama** çalışmasıdır.

Anahtar Kelimeler

Serbest zaman, Doyum, Yaşam kalitesi, Adaptasyon, Psikometri, Gökçe ve Orhan, Serbest Zaman Doyumu

Yazarlar

H. Gökçe, K. Orhan (Türkçe Uyarlama)

Amaç

Serbest Zaman Doyum Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin boş zamanlarını değerlendirme biçimlerinden kaynaklanan memnuniyet seviyelerini kantitatif olarak belirlemektir. Bu doyum, sadece aktiviteye katılımla ilgili değil, aynı zamanda bu aktivitelerin bireyin kişisel, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarına ne ölçüde karşıladığı ile de ilgilidir.

Türkçe uyarlama çalışması (Gökçe ve Orhan, 2011), ölçeğin Türkiye'deki popülasyonlarda kullanılabilirliğini sağlamayı hedeflemiştir. Bu amaçla, ölçeğin dilsel geçerliliği ve kültürel uygunluğu test edilmiş; orijinal faktör yapısının Türkçe örneklemede korunup korunmadığı incelenmiştir.

Yapı

Ölçek, serbest zaman doyumunu genellikle çok boyutlu bir yapı olarak ele alır. Bu boyutlar tipik olarak **kişisel**, **sosyal**, **geçerime**, **fizyolojik**, **estetik** ve **psikolojik** doyum gibi alt boyutlar olarak içerebilir. Bireyin serbest zaman deneyimlerinin kalitesi, bu alt boyutlardaki doyum düzeylerinin toplamı ile ilişkilidir.

Ölçeğin ölçtüğü yapı, bireyin algıladığı yaşam kalitesinin önemli bir bileşenidir. Yüksek serbest zaman doyumunu, genellikle daha düşük stres seviyeleri, artan öz saygı ve genel yaşam memnuniyeti ile ilişkilidir. Ölçeğin bu yapıyı ne kadar iyi temsil ettiği, uyarlama çalışmasında

incelenen en kritik geçerlilik konularından biridir.

Geçerlik

Gökçe ve Orhan (2011) tarafından yürütülen Türkçe uyarlama çalışmasında, ölçeğin yapı geçerliğinin saptanması temel odak noktası olmuştur. Yapı geçerliği, ölçeğin kuramsal olarak ölçmesi beklenen yapıyı ne ölçüde ölçtüğünü gösterir.

Kapsam Geçerliği: Maddelerin serbest zaman doyumu kavramının tüm yönlerini temsil edip etmediği uzman görüşleri alınarak değerlendirilmiştir.

Yapı Geçerliği: Genellikle Faktör Analizi (Açıklayıcı veya Doğrulayıcı) kullanılarak ölçeğin orijinal çok boyutlu yapılarının Türkçe örneklemede korunup korunmadığı test edilmiştir. Bu analizler, maddelerin ilgili alt faktörler altında toplandığını doğrulamaya amaçlanmıştır.

Güvenirlilik

Uyarlama çalışmasının bir diğer önemli adımı, Serbest Zaman Doyum Ölçeği'nin güvenirlik özelliklerinin belirlenmesidir. Güvenirlilik, ölçeğin tutarlılık ve kararlılık derecesini ifade eder.

İç Tutarlılık Güvenirliliği: Ölçeğin iç tutarlılığı, maddelerin birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunu gösteren **Cronbach Alfa** katsayısı ile incelenmiştir. Yüksek bir Alfa değeri, maddelerin aynı yapıyı ölçmede tutarlı olduğunu gösterir.

Test-Tekrar Test Güvenirliliği: Ölçeğin zamana karşı kararlılığını ölçmek için belirli bir zaman aralığıyla aynı deneklere tekrar uygulanması ve sonuçların korelasyonu incelenmiştir. Bu yöntem, ölçeğin kararlı sonuçlar verdiğini kanıtlar.

Faktör Analizi

Gökçe ve Orhan (2011) tarafından yapılan Faktör Analizi, ölçeğin Serbest Zaman Doyumu yapısının kaç temel boyut altında toplandığını belirlemeyi amaçlanmıştır. Orijinal ölçek, genellikle alt faktörlü bir yapıya sahiptir.

Uyarlama çalışmasında, elde edilen faktör yapısının teorik beklentilerle ne kadar örtüştüğünü incelenmiştir. Analiz sonuçları, ölçeğin Türkçe formunun da birden fazla faktörden oluştuğunu ve bu faktörlerin serbest zaman doyumunun farklı yönlerini temsil ettiğini göstermiştir. Bu analizler, ölçeğin kültürel adaptasyon sürecinde yapısal geçerliliğini destekleyen kritik kanıtlardır.

Ölçme Aracı

Test Türü: Uyarlama (Adaptasyon) Ölçeği

Format: Derecelendirme formatı (Orijinal ölçek genellikle 5'li veya 7'li Likert tipi bir derecelendirme kullanır, ancak uyarlama çalışması için detaylar bu kapsamda eksiktir.)

Mevcut Diller: Türkçe, Orijinal Dil (Genellikle İngilizce veya ilgili Batı dilleri)

Popülasyon Grubu: Üniversite öğrencileri, yetişkinler ve genel popülasyon (Uyarlama çalışması genellikle belirli bir örneklem üzerinde yapılır, örneğin üniversite öğrencileri).

Yaş Grubu: Ergenlik dönemi sonrası ve yetişkinlik dönemi.

Popülasyon Detayları: Gökçe ve Orhan'ın çalışması, ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizleri için belirli bir üniversite veya spor bilimleri öğrencisi örneklemini kullanmıştır.

Test Metodolojisi: Öz bildirim (Self-report) yöntemiyle uygulanan anket formatı.

Anahtar Kelimeler

Boş zaman, Memnuniyet, Adaptasyon, Geçerlik, Güvenirlik, Psikometrik özellikler

Yazarlar

Yazar ORCID Tanıtıcıları: Bilgi mevcut değildir.

Kurumsal E-posta Adresleri: Bilgi mevcut değildir.

Yazma Adresi: Gökçe ve Orhan'ın 2011 yılındaki ilgili akademik kurumları.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin orijinal geliştiricileri tarafından belirlenen kullanım izinleri ve ücretlendirme politikaları geçerlidir. Türkçe uyarlaması, akademik araştırma amaçlı kullanım için Gökçe ve Orhan (2011) referans gösterilerek yapılabilir.

Test Yılı (Türkçe Uyarlama): 2011

Ölçeğin orijinal PDF versiyonu buradan indirilebilir: [serbest-zaman-doyum-olcegi-toad.pdf](#)

Referanslar

Gökçe, H. ve Orhan, K. (2011). Serbest Zaman Doyum Ölçeğinin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması, *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 139-145.

Orijinal ölçeğin geliştiricisine ait kaynak (Uyarlama çalışmasında belirtilen orijinal kaynak).

Serbest Zaman Doyum Ölçeði Maddeleri

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

Ölçek maddeleri, sağlanan kaynak içerikte mevcut değildir.

ARABPSYCHOLOGY.COM