

Serbest Zaman Temel Psikolojik ?htiyaçlar Ölçe?i (SZTP?Ö)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Serbest Zaman Temel Psikolojik ?htiyaçlar Ölçe?i (SZTP?Ö)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30109>

Özet

Serbest Zaman Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (SZTPÖ), bireylerin serbest zaman aktiviteleri bakımında deneyimledikleri temel psikolojik ihtiyaçların düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir uyarlama ölçeğidir. Bu araç, Öz Belirleme Teorisi (ÖBT) çerçevesinde tanımlanan üç temel evrensel ihtiyaç, yani özerklik, yeterlik ve ilişkililik, serbest zaman etkinlikleri sırasında ne ölçüde karşılandığını değerlendirilmeye odaklanır. Ölçeğin Türkçe adaptasyonu, 2019 yılında Güvenç Güneş tarafından gerçekleştirilen bir yüksek lisans tezi kapsamında yapılmıştır. Bu uyarlama çalışması, özellikle üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ve psikolojik iyi olmaları inceleyen araştırmalar için kritik bir araç sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Serbest Zaman, Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Öz Belirleme Teorisi, Özerklik, Yeterlik, İlişkililik, Uyarlama, Motivasyon, Üniversite Öğrencileri

Yazarlar

Güvenç Güneş

Amaç

Serbest Zaman Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (SZTPÖ)'nin temel amacı, katılımcıların serbest zaman aktivitelerini gerçekleştirirken hissettikleri temel psikolojik ihtiyaçları (özerklik, yeterlik ve ilişkililik) karşılanma düzeylerini güvenilir ve geçerli bir şekilde tespit etmektir. Bu ölçek, serbest zaman katılımı ile içsel motivasyon arasındaki ilişkiyi anlamak ve bireylerin serbest zaman deneyimlerinin psikolojik iyi olmalarına katkısını değerlendirmek için tasarlanmıştır. Ölçek, özellikle eğitim ve spor psikolojisi alanlarında yapılan araştırmalara katkı sağlayabilir.

Yapı

Ölçek, Deci ve Ryan'ın Temel Psikolojik İhtiyaçlar Teorisi üzerine kurulmuştur. Bu teoriye göre, tüm bireylerin doğuştan gelen ve evrensel olan üç temel psikolojik ihtiyaç bulunmaktadır: **Özerklik** (davranışları kendi seçimiyle yapma), **Yeterlik** (etkileşimlerde etkili olma ve sonuçları kontrol etme) ve **İlişkililik** (başkalarıyla anlamlı ve güvenli bağlar kurma). SZTPÖ, bu üç alt boyutu serbest zaman bağlamına taşıyarak, bireylerin bu aktiviteler sırasında ne kadar özgür, yetenekli ve başkalarıyla bağlantılı hissettiklerini ölçmektedir. Bu ihtiyaçların karşılanması, yüksek kaliteli motivasyon (içsel motivasyon) ve psikolojik sağlamlığın anahtarı olarak kabul edilir.

Geçerlik

Serbest Zaman Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasına ilişkin geçerlik çalışmaları, Güneş'in (2019) yüksek lisans tezi içerisinde detaylıca sunulmuştur. Uyarlama sürecinde genellikle yapı geçerliğini test etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yöntemleri kullanılır. Bu analizler, ölçeğin teorik olarak varsayılan üç faktörlü yapısını (özerklik, yeterlik, ilişkisellik) Türk popülasyonunda da korunduğunu göstermeyi amaçlar. Ayrıca, yakınsama ve ayrıma geçerliği için Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği gibi ilgili yapılarla korelasyonel analizler yapılmış olması muhtemeldir. Ancak, kaynakta spesifik geçerlik katsayıları belirtilmemiştir; bu detaylar için orijinal yüksek lisans tezi incelenmelidir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik analizleri de adaptasyon çalışmasıyla ayrılmaz bir parçadır. Güvenirlik, ölçeğin tutarlılığını ve kararlılığını ifade eder. Uyarlama çalışmasında, iç tutarlılığını (faktörler ve toplam ölçek için) değerlendirilmesi amacıyla **Cronbach Alfa** katsayısı hesaplanmıştır. Yüksek bir Cronbach Alfa değeri, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda yüksek düzeyde tutarlılık sergilediğini gösterir. Kaynakta güvenilirlik katsayıları açıkça listelenmemiştir; bu nedenle, güvenilirlik sonuçları için Güneş (2019) tezine başvurulması gerekmektedir.

Faktör Analizi

SZTPÖ'nün Türkçe uyarlaması sırasında, ölçeğin orijinal yapısını doğrulamak amacıyla faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Orijinal ölçek, özerklik, yeterlik ve ilişkisellik olmak üzere üç temel faktörden oluşmaktadır. Adaptasyon çalışması, bu üç faktörlü yapıyı Türk örnekleminde test etmek için öncelikle Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve ardından Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanabilir. DFA sonuçları, genellikle kabul edilebilir uyum indeksleri (örneğin, CFI, TLI, RMSEA) ile ölçek yapısının teorik beklentileri karşıladığını desteklemelidir. Bu analizler, serbest zaman bağlamında temel ihtiyaçların yapısal olarak ayrışıp ayrışmadığını ortaya koyar.

Enstrüman

Test Türü: Uyarlama Ölçeği (Adaptasyon)

Biçim: Orijinal ölçeğin formatına uygun olarak, genellikle 5'li veya 7'li **Likert tipi derecelendirme** kullanıldığı varsayılmaktadır. Katılımcılar, serbest zaman aktiviteleri hakkındaki ifadelerin kendilerini ne ölçüde temsil ettiğini belirtirler.

Mevcut Diller: Türkçe (Uyarlama dili) ve orijinal ölçeğin dili (Genellikle İngilizce).

Popülasyon Grubu: Akademik popülasyon (Üniversite öğrencileri).

Yaş Grubu: Genç yetişkinler (Tipik olarak 18-25 yaş aralığı).

Popülasyon Detayları: Namık Kemal Üniversitesi öğrencileri üzerinde uygulanmıştır.

Test Metodolojisi: Örneklem grubuna anket yoluyla uygulanmıştır. Veriler, temel psikolojik ihtiyaçların serbest zaman motivasyonu ile ilişkisini incelemek amacıyla istatistiksel analizlere tabi tutulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Serbest Zaman, Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Öz Belirleme Teorisi, Özerklik, Yeterlik, İlişkisel, Uyarılma, Motivasyon, Üniversite Öğrencileri, Psikometrik Özellikler

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Güvenç Güneş

Yazar ORCID Tanımlama Numarası: Bilgi mevcut değil.

Bağlantı Kurum E-posta Adresleri: guvencgu@hotmail.com

Yayın Adresi: Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ (2019 tezi bağlamında).

İzinler, Ücret ve Test Yayınlama

İzinler: Ölçeğin kullanımı için sorumlu yazar Güvenç Güneş ile iletişime geçilmesi önerilir. Akademik araştırmalarda kullanımı genellikle izin gerektirir.

Ücret: Genellikle akademik araştırmalarda ve tezlerde kullanılan bu tür uyarılma ölçekleri için ticari bir ücret talep edilmez, ancak yazarın izni zorunludur.

Test Yayınlama: Türkçe uyarılma çalışması 2019 yılında tamamlanmıştır.

Orijinal PDF dokümanı aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir: [serbest-zaman-temel-psikolojik- ihtiyaclar-olcegi-sztpio-toad.pdf](https://tr-scales.arabpsychology.com/serbest-zaman-temel-psikolojik- ihtiyaclar-olcegi-sztpio-toad.pdf)

Kaynaklar

Güneş, G. (2019). *Namık Kemal Üniversitesi öğrencilerinde serbest zaman motivasyonunun ve temel psikolojik ihtiyaçların çeşitliliği ve etkileri üzerine araştırma* (Yüksek lisans tezi). Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. (Orijinal teorik kaynağa atıf).

Serbest Zaman Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (SZTPÖ) Maddeleri

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

Maddeler kaynak içerikte sağlanmamıştır. Maddelerin tam listesi için Güneş (2019) yüksek lisans tezine başvurulması gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM