Serbest Zamanda S?k?lma Alg?s? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Serbest Zamanda S?k?lma Alg?s? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30113

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Serbest Zamanda S?k?lma Alg?s? Ölçe?i (SZSAÖ), bireylerin bo? zaman aktivitelerine yönelik ya?ad?klar? s?k?lma düzeylerini ve bu durumdan duyduklar? tatmini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? olan orijinal ölçe?in **Türkçe uyarlamas?d?r**. Bu ölçek, Kara, Gürbüz ve Öncü (2014) taraf?ndan Türkiye ba?lam?na adapte edilmi? ve psikometrik özellikleri incelenmi?tir. Ölçek, 10 maddeden ve iki temel alt boyuttan olu?maktad?r: **S?k?lma** ve **Doyum**. 5'li Likert tipi derecelendirme sistemi kullan?lmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Serbest zaman, Bo? zaman s?k?lmas?, S?k?lma, Bo? zaman doyumu, Psikometrik özellikler, Ölçek uyarlama, Türkiye.

Yazarlar

Feyza Meryem Kara, Burak Gürbüz, Eda Öncü

Amaç

Serbest Zamanda S?k?lma Alg?s? Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin serbest zamanlar?n? de?erlendirirken ya?ad?klar? s?k?lma düzeyini ve bu serbest zaman etkinliklerinden ne ölçüde **doyum** ald?klar?n? belirlemektir. Uyarlama çal??mas? (Kara vd., 2014), orijinal ölçe?in faktör yap?s?n?n ve maddelerinin Türk kültürüne uygunlu?unu test etmeyi hedeflemi?tir.

Bu araç, özellikle spor psikolojisi, rekreasyon ve e?itim bilimleri alanlar?nda, bireylerin bo? zaman kalitelerini art?rmaya yönelik müdahalelerin planlanmas?nda ve **s?k?lma** e?ilimlerinin demografik farkl?l?klarla ili?kisini incelemede de?erli bir tan? arac? sa?lamaktad?r.

Yap?

Ölçek, serbest zamanda s?k?lma e?ilimini ölçen çok boyutlu bir yap?y? temsil etmektedir. Ölçe?in teorik yap?s? iki ana boyuta ayr?l?r: **S?k?lma** ve **Doyum**. S?k?lma alt boyutu, bireyin serbest zaman aktivitelerinde anlam bulamama, ne yapaca??n? bilememe veya aktivitelere kar?? ilgisizlik hissetme durumunu yans?t?rken; Doyum alt boyutu, serbest zaman etkinliklerinin yaratt??? heyecan, motivasyon ve tatmin duygular?n? ölçer.

Toplam 10 maddeden olu?an bu k?sa form, alanda h?zl? ve etkili ölçüm yap?lmas?na olanak tan?r ve serbest zaman deneyiminin hem olumsuz hem de olumlu yönlerini kapsamaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Geçerlik

Kaynak metinde spesifik geçerlik katsay?lar? belirtilmemi? olsa da, Kara ve arkada?lar? (2014) taraf?ndan yürütülen uyarlama çal??mas?, ölçe?in orijinal yap?s?n?n Türk örnekleminde de geçerli oldu?unu göstermek amac?yla **yap? geçerli?i** üzerine yo?unla?m??t?r. Bu süreçte dilsel ve kültürel geçerlik çal??malar? da gerçekle?tirilmi?tir.

Yap?sal geçerlik, ölçe?in teorik olarak varsay?lan iki alt boyutu (S?k?lma ve Doyum) do?ru bir ?ekilde ölçüp ölçmedi?ini gösterir. Tam geçerlik istatistikleri ve kullan?lan yöntemler (örne?in, Do?rulay?c? Faktör Analizi) için orijinal makalenin incelenmesi gerekmektedir.

Güvenirlik

Kaynak metinde spesifik güvenirlik katsay?lar? (örne?in, Cronbach Alfa) aç?kça belirtilmemi?tir. Ancak, psikometrik bir uyarlama çal??mas?n?n standartlar? gere?i, ölçe?in maddelerinin iç tutarl?l???n?n incelenmesi esast?r.

Çal??mada, ölçe?in alt boyutlar? ve genel puan? için kabul edilebilir düzeyde iç tutarl?l?k güvenirli?i rapor edildi?i varsay?lmaktad?r. Yüksek iç tutarl?l?k, ölçek maddelerinin ayn? psikolojik yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü teyit eder.

Faktör Analizi

Serbest Zamanda S?k?lma Alg?s? Ölçe?i (SZSAÖ), **iki alt boyuta** sahip 10 maddelik bir yap?ya sahiptir. Uyarlama çal??mas?nda kullan?lan faktör analizi teknikleri, 5 maddenin S?k?lma boyutuna, di?er 5 maddenin ise Doyum boyutuna yüklendi?ini ortaya koymu?tur.

Bu iki faktörlü model, ölçe?in orijinal yap?s?n? korudu?unu ve Türk popülasyonunda da serbest zaman deneyiminin hem negatif (s?k?lma) hem de pozitif (doyum) yönlerinin ba??ms?z olarak ölçülmesine olanak tan?yan geçerli bir ayr?m sa?lad???n? göstermektedir.

Ölçme Arac?

Test Türü: Uyarlama (Adaptation) Ölçe?i

Format: Öz Bildirim (Self-Report) Ölçe?i

Mevcut Diller: Türkçe

Hedef Kitle: Genel Popülasyon, özellikle bo? zaman ve spor aktivitelerine kat?lan genç yeti?kinler.

Ya? Grubu: Ergenlik sonras? ve Yeti?kinlik.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Popülasyon Detaylar?: Orijinal uyarlama çal??mas?, Türkiye'deki üniversite ö?rencileri ve/veya sporla ilgili alanlarda çal??an bireyler üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Metodolojisi: 5'li Likert tipi derecelendirme (1=kesinlikle kat?lm?yorum - 5=kesinlikle kat?l?yorum). Puanlama, alt boyutlara göre ayr? ayr? yap?l?r.

Anahtar Kelimeler

Rekreasyon, Psikometri, Bo? zaman faaliyetleri, Gençlik, Doyum, Ölçme ve de?erlendirme, Ölçekleme.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Veri Kaynakta Belirtilmemi?tir.

Kurum E-posta Adresleri: Veri Kaynakta Belirtilmemi?tir.

Yaz??ma Adresi: Sorumlu yazar Feyza Meryem Kara ile ileti?im için e-posta adresi: feyzameryemkara@gmail.com

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in uyarlamas? 2014 y?l?nda yay?nlanm??t?r. Kullan?m izinleri ve ücret bilgileri için sorumlu yazar Feyza Meryem Kara ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Orijinal makale Dergipark üzerinden eri?ilebilir durumdad?r: dergipark.ulakbim.gov.tr

Ölçe?in orijinal PDF belgesi burada indirilebilir: serbest-zamanda-sikilma-algisi-olcegi-toad.pdf

Kaynaklar

Kara, F. M., Gürbüz, B. ve Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: The factor structure and the demographic differences. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, *16*(2), 28-35. DOI: 10.15314/TJSE.201428102.

Serbest Zamanda S?k?lma Alg?s? Ölçe?i Maddeleri

Ölçek Yap?s?: 2 alt boyut ve 10 madde

S?k?lma (5 m): Bo? zamanlar?mda yapt?klar?mdan genellikle ho?lanm?yorum, fakat ba?ka ne yapaca??m? bilmiyorum.
Doyum (5 m): Bo? zaman fikri beni heyecanland?r?yor.

ARABPSYCHOLOGY.COM