Sporcu Duygu Düzenleme Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Sporcu Duygu Düzenleme Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31004

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Sporcu Duygu Düzenleme Ölçe?i (SDDÖ), mevcut bir duygu düzenleme ölçe?inin Türk sporcu popülasyonuna uyarlanmas? amac?yla geli?tirilmi? psikometrik bir araçt?r. Bu ölçek, sporcular?n müsabaka ve antrenman ortamlar?nda kar??la?t?klar? duygusal durumlar? (stres, kayg?, öfke vb.) nas?l yönetti?ini ve düzenledi?ini ölçmeyi hedefler. Temel amac?, spor psikolojisi alan?nda çal??an ara?t?rmac?lara ve uygulay?c?lara, sporcular?n performanslar?n? etkileyen duygu düzenleme stratejilerini de?erlendirebilecekleri geçerli ve güvenilir bir araç sunmakt?r.

Ölçe?in uyarlama çal??mas? Emre Ozan Tingaz ve Merve Altun-Ekiz taraf?ndan 2021 y?l?nda gerçekle?tirilmi? ve Türk spor bilimleri literatürüne kazand?r?lm??t?r. Ölçek, sporcular?n duygusal deneyimlerini bilinçli veya bilinçsiz olarak nas?l de?i?tirdiklerini, sürdürdüklerini veya bast?rd?klar?n? inceleyen maddeler içermektedir.

Anahtar Kelimeler

Sporcu, Duygu düzenleme, Spor psikolojisi, Performans, Ölçek uyarlama, Psikometri, Stres yönetimi.

Yazarlar

Emre Ozan Tingaz, Merve Altun-Ekiz

Amaç

Sporcu Duygu Düzenleme Ölçe?i'nin temel amac?, genel popülasyon için tasarlanm?? olan Duygu Düzenleme Ölçe?i'ni (DSDÖ) spor ba?lam?na özgü hale getirmek ve Türk sporcular?n duygusal tepkilerini ve düzenleme mekanizmalar?n? geçerli bir ?ekilde ölçebilmektir. Sporcular, antrenman yo?unlu?u ve müsabaka bask?s? nedeniyle benzersiz duygusal zorluklarla kar?? kar??ya kal?rlar. Bu nedenle, genel bir ölçe?in spor ortam?na özgü ifadelerle yeniden formüle edilmesi kritik öneme sahiptir.

Uyarlama çal??mas?, sporcular?n duygusal tepkilerinin ve ba?a ç?kma stratejilerinin belirlenmesi yoluyla sporcu geli?imine katk?da bulunmay? amaçlamaktad?r. Elde edilen veriler, sporculara yönelik bireyselle?tirilmi? psikolojik e?itim ve müdahale programlar?n?n tasarlanmas?nda bilimsel bir dayanak olu?turur.

Yap?

Ölçek, sporcular?n duygusal süreçlerini yönetmek için kulland?klar? çe?itli bili?sel ve davran??sal

ARABPSYCHOLOGY.COM

stratejileri ölçen çok boyutlu bir yap?y? temsil eder. Duygu düzenleme, genellikle ki?inin duygular?n?n ne zaman, nas?l ve ne yo?unlukta deneyimlenece?ini veya ifade edilece?ini etkileme çabas? olarak tan?mlan?r. Spor ba?lam?nda bu yap?, özellikle stresli veya bask? alt?ndaki anlarda duygusal kontrolü sürdürme yetene?ini içerir.

Yap?n?n alt boyutlar?, büyük olas?l?kla, duygusal tepkilerin hem bili?sel yeniden de?erlendirilmesi (stresli durumu farkl? yorumlama) hem de duygusal ifadeyi bask?lama (duygular? kendine saklama) gibi stratejileri kapsamaktad?r. Bu boyutlar, sporcular?n müsabaka performans?n? do?rudan etkileyen psikolojik faktörler aras?nda yer almaktad?r.

Geçerlik

Sporcu Duygu Düzenleme Ölçe?i'nin geçerlik çal??malar?, ölçe?in sporcular aras?nda kullan?ma uygun oldu?unu göstermek amac?yla gerçekle?tirilmi?tir. Tingaz ve Altun-Ekiz (2021) taraf?ndan yürütülen uyarlama çal??mas?nda yap?sal geçerli?e odaklan?lm??t?r.

Yap? geçerli?i, ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen yap?y? ne kadar iyi ölçtü?ünü belirlemek için Faktör Analizi yöntemleri kullan?larak incelenmi?tir. Bu analizler, orijinal ölçe?in faktör yap?s?n?n Türk sporcu örnekleminde de korundu?unu veya spor ba?lam?na özgü baz? modifikasyonlarla do?ruland???n? göstermi?tir. Ek olarak, içerik geçerli?i için uzman görü?lerine ba?vurulmu? ve maddelerin spor ortam?na uygunlu?u teyit edilmi?tir.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik analizleri, ölçe?in farkl? zamanlarda veya farkl? madde setleriyle tutarl? sonuçlar verip vermedi?ini belirlemek amac?yla yap?lm??t?r. Uyarlama çal??mas?nda, iç tutarl?l?k katsay?s? (Cronbach Alfa) hesaplanm??t?r.

Elde edilen iç tutarl?l?k de?erleri, ölçe?in genel olarak ve alt boyutlar? baz?nda yüksek düzeyde güvenilir oldu?unu i?aret etmektedir. Yüksek güvenirlik de?erleri, ölçe?in sporcular?n duygu düzenleme düzeylerini stabil ve hatas?z bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermektedir, bu da ölçe?in uygulama ve ara?t?rma amaçlar? için uygunlu?unu art?rmaktad?r.

Faktör Analizi

Uyarlama sürecinin en önemli a?amalar?ndan biri, ölçe?in faktör yap?s?n? do?rulamakt?r. Tingaz ve Altun-Ekiz (2021), ölçe?in sporcu popülasyonunda da geçerli bir yap? sergiledi?ini kan?tlamak için do?rulay?c? ve/veya aç?mlay?c? Faktör Analizi (DFA/AFA) kullanm??t?r.

Bu analizler sonucunda, ölçe?in orijinal yap?s?yla tutarl? olan veya spor ortam?na özgü yeni bir yap?ya i?aret eden faktörler ortaya ç?kar?lm??t?r. Faktör yüklerinin yeterli düzeyde olmas?, her

ARABPSYCHOLOGY.COM

bir maddenin ilgili teorik yap?y? temsil eden faktöre güçlü bir ?ekilde ba?l? oldu?unu göstermi?tir. Bu, ölçe?in yap?sal geçerli?ini destekleyen temel psikometrik özellikler aras?nda yer almaktad?r.

Araç

Test Type: Uyarlama

Format: Öz bildirim ölçe?i, Likert tipi derecelendirme.

Language Available: Türkçe

Population Group: Sporcular

Age Group: Genç yeti?kin ve yeti?kin sporcular (Çal??ma örneklemine ba?l? olarak spesifik ya? aral??? de?i?ebilir).

Population Details: Çe?itli spor dallar?ndan amatör ve profesyonel sporcular.

Test Methodology: 7'li Likert tipi derecelendirme kullan?lm??t?r. Kat?l?mc?lardan her bir maddeye ne ölçüde kat?ld?klar?n? belirtmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Geçerlik, Güvenirlik, Adaptasyon, Sporcu psikolojisi, Stres, Müsabaka kayg?s?.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Uyarlama çal??mas?nda belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: emreozantingaz@gmail.com

Correspondence Address: Sorumlu yazar: Emre Ozan Tingaz

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2021 (Uyarlama çal??mas? yay?n y?l?).

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?m? için sorumlu yazar Emre Ozan Tingaz ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. ?leti?im e-posta adresi: emreozantingaz@gmail.com.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kaynaklar

Tingaz, E, O., & Altun-Ekiz, M. (2021). Duygu düzenleme ölçe?inin sporcular için uyarlanmas? ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Gazi Beden E?itimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 26*(2), 301-313.
Makalenin çevrimiçi ba?lant?s?: dergipark.org.tr
Derecelendirme format?: 1=Kesinlikle Kat?lm?yorum, 7=Kesinlikle Kat?l?yorum.
The original PDF can be downloaded here: sporcu-duygu-duzenleme-olcegi-toad.pdf

Sporcu Duygu Düzenleme Ölçe?i Maddeleri

A?a??da, ölçekten al?nm?? örnek maddeler sunulmu?tur:

Müsabakada ya da antrenmanda ya?ad???m duygular? kendime saklar?m.
Müsabakada ya da antrenmanda stresli bir durumla kar??la?t???mda sakin kalmama yard?mc? olacak biçimde dü?ünmeye çal???r?m.
Müsabakada ya da antrenmanda olumsuz duygular hissediyorsam kesinlikle onlar? ifade etmem.

ARABPSYCHOLOGY.COM