SPORCU ÖZ ?EFKAT ÖLÇE??-KISA FORMU

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *SPORCU ÖZ ?EFKAT ÖLÇE??-KISA FORMU*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31008

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Sporcu Öz ?efkat Ölçe?i-K?sa Formu (A-SCSS-SF), sporcular?n kendi ba?ar?s?zl?klar?, yetersizlikleri ve zorluklar? kar??s?nda gösterdikleri öz ?efkat düzeyini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir araçt?r. Bu form, orijinal ölçe?in k?salt?lm?? bir uyarlamas? olup, Emre Ozan Tingaz ve Zeynep Atalay (2021) taraf?ndan Türkçe'ye uyarlanmas? ve Türk sporcu popülasyonunda psikometrik özelliklerinin incelenmesi için bilimsel çal??malara konu olmu?tur. Ölçek, sporcular?n kendilerine kar?? gösterdikleri yarg?lay?c? olmayan, nazik ve anlay??l? tutumu de?erlendirerek, spor psikolojisi alan?ndaki ara?t?rmalara pratik bir katk? sunmay? amaçlamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Öz ?efkat, spor psikolojisi, sporcu, psikometrik özellikler, uyarlama, k?sa form, geçerlik, güvenirlik.

Yazarlar

Emre Ozan Tingaz, Zeynep Atalay.

Amaç

Ölçe?in temel amac?, sporcular?n kar??la?t?klar? rekabet stresi, performans dü?ü?leri ve ba?ar?s?zl?klar kar??s?nda gösterdikleri öz ?efkat düzeylerini, orijinal ölçe?e göre daha az madde kullanarak h?zl? ve güvenilir bir ?ekilde de?erlendirmektir. Bu k?sa form, özellikle yo?un antrenman programlar?na sahip sporcularla çal???rken zaman k?s?tlamas? olan ara?t?rmac?lar ve uygulay?c?lar için pratik bir araç sa?lamaktad?r.

Bu uyarlama çal??mas?, öz ?efkat kavram?n?n Türk sporcu popülasyonunda geçerli bir ?ekilde ölçülüp ölçülemeyece?ini belirlemeyi ve uluslararas? literatüre Türkiye'den veri sunmay? hedeflemi?tir. Ölçek, sporcular?n duygusal refah?n? ve performans stresine kar?? dayan?kl?l???n? ölçmek için kritik bir rol oynamaktad?r.

Yap?

Ölçek, psikolojik bir yap? olan **Öz ?efkat**'i ölçmektedir. Öz ?efkat, bireyin ya?amdaki zorluklar ve ki?isel yetersizlikler kar??s?nda kendine kar?? yarg?lay?c? olmayan, destekleyici ve nazik bir tutum sergilemesini içerir. Bu yap?, genellikle Neff'in modelinde tan?mlanan alt? bile?eni (kendine nezaket/yarg?lama, ortak insanl?k/izolasyon, bilinçli fark?ndal?k/a??r? özde?le?me) kapsar.

Spor ba?lam?nda, bu yap?; bir sporcunun antrenman veya müsabaka s?ras?nda yapt??? hatalar? ve ya?ad??? hayal k?r?kl?klar?n?, sporcu olman?n do?al bir parças? olarak görmesini, bu

ARABPSYCHOLOGY.COM

duygulardan dolay? kendini izole etmemesini ve duygusal tepkilerini a??r?ya kaçmadan fark edebilmesini ifade eder. Sporcu Öz ?efkat Ölçe?i-K?sa Formu, bu bile?enlerin spor ortam?ndaki yans?malar?n? yakalayarak, sporcular?n zihinsel sa?l???na dair önemli veriler sunar.

Geçerlik

Sporcu Öz ?efkat Ölçe?i-K?sa Formu'nun yap?sal geçerli?ini incelemek amac?yla Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) gerçekle?tirilmi?tir. Analiz sonuçlar?, uyum iyili?i indekslerinin kabul edilebilir ya da iyi uyum aral???nda oldu?unu göstermi?tir. Elde edilen temel uyum indeksleri ?unlard?r: **RMSEA**=.063, **SRMR**=.058, **GFI**=.933 ve **AGFI**=.902. Bu bulgular, ölçe?in teorik olarak beklenen faktör yap?s?n? güçlü bir ?ekilde destekledi?ini ve Türk sporcu verileriyle uyumlu oldu?unu kan?tlamaktad?r.

Ayr?ca, ölçe?in ölçüt ba??nt?l? geçerli?i (criterion-related validity) kapsam?nda di?er psikolojik yap?larla olan ili?kisi incelenmi?tir. Sporcu Öz ?efkat Ölçe?i-K?sa Formu'nun, teorik olarak benzer olmas? beklenen Sporcu Bilinçli Fark?ndal?k Ölçe?i ve genel Öz ?efkat Ölçe?i ile **pozitif yönde** ve anlaml? bir ili?ki gösterdi?i belirlenmi?tir. Bu durum, A-SCSS-SF'nin gerçekten öz ?efkat yap?s?n? ölçtü?üne dair ek kan?tlar sunmaktad?r.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik analizleri, ölçe?in yüksek düzeyde iç tutarl??a sahip oldu?unu ortaya koymu?tur. Hesaplanan **?ç Tutarl?k** katsay?s? (Cronbach's Alpha) α=.849 olarak belirlenmi?tir. Bu katsay?, ölçek maddelerinin ayn? psikolojik yap?y? ölçme konusunda yüksek bir tutarl?l?k sergiledi?ini göstermektedir.

Zamanla de?i?mezlik güvenirli?ini (test-tekrar test güvenirli?i) de?erlendirmek amac?yla, ölçek iki hafta aral?kla tekrar uygulanm??t?r. ?ki ölçüm aras?ndaki **s?n?f içi korelasyon katsay?s?** (ICC) mükemmel düzeyde (ICC=.980) bulunmu?tur. Bu yüksek korelasyon de?eri, ölçe?in zamana kar?? stabil sonuçlar üretti?ini ve ölçüm hatas?n?n son derece dü?ük oldu?unu göstermektedir.

Faktör Analizi

Tingaz ve Atalay (2021) taraf?ndan yap?lan uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in faktör yap?s?n? test etmek için Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?lm??t?r. DFA, k?sa formun orijinal ölçe?in alt boyutlar?n? Türk kültüründe de ba?ar?l? bir ?ekilde temsil edip etmedi?ini kontrol etmek için kritik bir ad?md?r.

Elde edilen uyum iyili?i indeksleri (RMSEA, SRMR, GFI, AGFI), k?sa formun tek veya çok faktörlü yap?s?n?n verilerle kabul edilebilir düzeyde uyum sa?lad???n? göstermi?tir. Bu bulgular, ölçe?in spor psikolojisi ara?t?rmalar?nda geçerli ve yap?sal olarak sa?lam bir araç olarak

ARABPSYCHOLOGY.COM

kullan?labilece?ini teyit etmektedir.

Araç

Test Türü: Uyarlama

Format: 5'li Likert tipi derecelendirme ölçe?i. Yan?tlar, dü?ük öz ?efkatten (1) yüksek öz ?efkate (5) do?ru artan bir s?rayla puanlanmaktad?r.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Sporcular

Ya? Grubu: Genç ve Yeti?kin Sporcular (Özellikle rekabetçi sporcular)

Popülasyon Detaylar?: Çe?itli spor dallar?nda aktif olarak yer alan ve düzenli antrenman yapan bireyler.

Test Metodolojisi: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-report questionnaire)

Anahtar Kelimeler

Sporcu performans?, öz ?efkat, spor psikolojisi, ICC, Cronbach Alfa, GFI, AGFI.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?: Çal??mada belirtilmemi?tir.

Kurum E-posta Adresleri: Çal??mada belirtilmemi?tir.

Yaz??ma Adresi: Emre Ozan Tingaz

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2021 (Türkçe uyarlama ve psikometrik inceleme yay?n y?l?)

?zinler: Ölçe?in bilimsel ve akademik amaçlarla kullan?m? için sorumlu yazar Emre Ozan Tingaz ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Ücret: Ticari kullan?m durumu belirtilmemi?tir.

?leti?im: Sorumlu yazar Emre Ozan Tingaz ile emreozantingaz@gmail.com adresi üzerinden ileti?im kurulabilir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kaynakça

Tingaz, E. O., ve Atalay, Z. (2021). Sporcu Öz ?efkat Ölc?e?i-K?sa Formu: Tu?rkc?eye uyarlanmas? ve psikometrik o?zelliklerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Aras?t?rmalar? Dergisi, 12*(3), 305-318. DOI: https://doi.org/10.17155/omuspd.903116

Makalenin Dergipark üzerindeki ba?lant?s?: dergipark.org.tr

Orijinal PDF dosyas? buradan indirilebilir: sporcu-oz-sefkat-olcegi-kisa-formu-toad.pdf

SPORCU ÖZ ?EFKAT ÖLÇE??-KISA FORMU Maddeleri

Derecelendirme:

1: Hemen hemen hiçbir zaman
2: Nadiren
3: Ara S?ra
4: Ço?u zaman
5: Hemen hemen her zaman

Örnek Maddeler:

Sporda benim için önemli bir ?eyde ba?ar?s?z oldu?umda yetersizlik hissiyle tükenirim.
Spordaki ba?ar?s?zl?klar?m?, sporcu olman?n bir parc?as? olarak go?rmeye c?al???r?m.
Sporda kendimi yetersiz hissetti?imde, ço?u sporcunun bu yetersizlik duygusunu ya?ayabilece?ini kendime hat?rlatmaya çal???r?m.

ARABPSYCHOLOGY.COM