

SPORCU ÖZ ?EFKAT ÖLÇE??-KISA FORMU

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *SPORCU ÖZ ?EFKAT ÖLÇE??-KISA FORMU*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31008>

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 amacıyla geli?tirilm? bir araçtır. 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 olmuştur. 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 katkı sunmay? amaçlamaktadır.

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 amacı, sporcular?n kar??laşt?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??ırken zaman k?st?lması olan ara?t?rmacılar ve uygulay?cılar için pratik bir araç sa?lamaktadır.

Bu uyarlama çal??ması, öz ?efkat kavram?n?n Türk sporcu popülasyonunda geçerli bir ?ekilde ölçülüp ölçülemeyece?ini belirlemeyi ve uluslararası literatüre Türkiye'den veri sunmay? hedeflemiştir. Ölçek, sporcular?n duygusal refah?n? ve performans stresine kar?? dayanıklılı??n? ölçmek için kritik bir rol oynamaktadır.

Yapı

Ölçek, psikolojik bir yapı 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 yapı, genellikle Neff'in modelinde tanımlanan alt? bile?eni (kendine nezaket/yarg?lama, ortak insanlık/izolasyon, bilinçli fark?ndalık/a??r? özde?leme) kapsar.

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

duygulardan dolayı 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 yapısal geçerli?ini incelemek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları, uyum iyili?i indekslerinin kabul edilebilir ya da iyi uyum aral???nda oldu?unu göstermiştir. Elde edilen temel uyum indeksleri şunlardır: **RMSEA**=.063, **SRMR**=.058, **GFI**=.933 ve **AGFI**=.902. Bu bulgular, ölçe?in teorik olarak beklenen faktör yap?s?n? güçlü bir şekilde destekledi?ini ve Türk sporcu verileriyle uyumlu oldu?unu kanıtlamaktadır.

Ayrıca, ölçe?in ölçüt ba??ntılı geçerli?i (criterion-related validity) kapsamında diğer psikolojik yapılarla olan ilişkisi incelenmiştir. Sporcu Öz ?efkat Ölçe?-i-K?sa Formu'nun, teorik olarak benzer olmas? beklenen Sporcu Bilinçli Fark?ndalık Ölçe?i ve genel Öz ?efkat Ölçe?i ile **pozitif yönde** ve anlamlı bir ilişki gösterdi?i belirlenmiştir. Bu durum, A-SCSS-SF'nin gerçekten öz ?efkat yap?s?n? ölçtü?üne dair ek kanıtlar sunmaktadır.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik analizleri, ölçe?in yüksek düzeyde iç tutarlı?a sahip oldu?unu ortaya koymuştur. Hesaplanan **?ç Tutarlılık** katsayısı (Cronbach's Alpha) α =.849 olarak belirlenmiştir. Bu katsayı, ölçek maddelerinin aynı psikolojik yapıyı ölçme konusunda yüksek bir tutarlılık sergiledi?ini göstermektedir.

Zamanla değişmezlik güvenirli?ini (test-tekrar test güvenirli?i) de?erlendirmek amacıyla, ölçek iki hafta aralıklarla tekrar uygulanmıştır. İki ölçüm arasındaki **s?n?f içi korelasyon katsayısı** (ICC) mükemmel düzeyde (ICC=.980) bulunmuştur. Bu yüksek korelasyon değeri, ölçe?in zamana karşı stabil sonuçlar üretti?ini ve ölçüm hatası?n?n son derece düşük oldu?unu göstermektedir.

Faktör Analizi

Tingaz ve Atalay (2021) tarafından yapılan uyarlama çalışmas?nda, ölçe?in faktör yap?s?n? test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. DFA, k?sa formun orijinal ölçe?in alt boyutları?n? Türk kültüründe de başarıyla bir şekilde temsil edip etmedi?ini kontrol etmek için kritik bir adımdır.

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 sağladığı?n? göstermiştir. Bu bulgular, ölçe?in spor psikolojisi araştırmalarında geçerli ve yapısal olarak sağlam bir araç olarak

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 puanlanmaktadır.

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?I?

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

?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.

Kaynakça

Tingaz, E. O., ve Atalay, Z. (2021). Sporcu Öz ?efkat Ölç?e?i-K?sa Formu: Tu?rkç?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-sefkate-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.