

# Sporda Psikolojik ?htiyaçlar Durum Ölçe?i (SP?DÖ)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Sporda Psikolojik ?htiyaçlar Durum Ölçe?i (SP?DÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31074>

## Özet

Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durum Ölçeği (SPDÖ), sporcuların içinde buldukları spesifik bir anda deneyimledikleri temel psikolojik ihtiyaç tatmin düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir uyarlama aracıdır. Bu ölçek, spor ortamındaki Temel Psikolojik İhtiyaçlar Teorisi (TPİT) çerçevesinde yer alan özerklik, yeterlik ve ilişkisellik boyutlarının durum düzeyindeki algılanması ve değerlendirilmesini hedefler. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Alpay Bülbül ve Gülten Akyol tarafından 2020 yılında gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, ölçeğin Türk sporcu popülasyonunda kullanıma uygun, güvenilir ve geçerli bir araç olduğunu ortaya koymaktadır.

## Anahtar Kelimeler

SPDÖ, Sporda Psikolojik İhtiyaçlar, Öz Belirleme Teorisi, Spor Psikolojisi, Durum Ölçeği, Özerklik, Yeterlik, İlişkisellik

## Yazarlar

Alpay Bülbül, Gülten Akyol

## Amaç

Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durum Ölçeği (SPDÖ)'nin temel amacı, mevcut spor aktivitesi veya müsabakası sırasında sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlarının (özerklik, yeterlik ve ilişkisellik) ne ölçüde karşılandığını veya engellendiğini durum düzeyinde (state-level) belirlemektir. Bu uyarlama çalışması, orijinal ölçeğin psikometrik özelliklerini Türk kültürü ve spor ortamına uygun olarak test etmek ve ölçeği Türkçe literatüre kazandırmaktır.

Ölçek, özellikle sporcuların motivasyonel süreçlerini ve dolayısıyla performansları anlamada konusunda önemli bir rol oynamaktadır. Durumsal ihtiyaç tatmini düzeylerinin belirlenmesi, antrenörlerin ve spor psikologların müdahale stratejileri geliştirmesine olanak tanır.

## Yapı

SPDÖ, psikolojik bilimlerdeki en etkili motivasyon teorilerinden biri olan Öz Belirleme Teorisi (ÖBT) kapsamında yer alan Temel Psikolojik İhtiyaçlar Teorisi'ne dayanmaktadır. Bu teoriye göre, bireyin psikolojik sağlığı ve optimal işlevi için üç temel ihtiyacın karşılanması zorunludur:

**Özerklik (Autonomy):** Bireyin davranışları kendi seçimi ve iradesiyle gerçekleştirilmesi hissi.

**Yeterlik (Competence):** Çevresiyle etkili bir şekilde etkileşime girme ve istenen sonuçları elde

etme yeteneğine sahip olma hissi.

**İlişkisel (Relatedness):** Başkalarıyla güvenli ve tatmin edici bağlar kurma ve ait olma hissi.

SPDÖ, bu ihtiyaçların spor bağlamında, anlık veya kısa süreli bir durum içinde nasıl algılandığını ölçerek, sporcunun motivasyonel durumu hakkında değerli bilgiler sunar.

## Geçerlik

Ölçeğin Türkçe uyarlamasında, yapısal geçerliliği test etmek amacıyla kapsamlı psikometrik analizler yapılmıştır. Bülbül ve Akyol (2020) tarafından yürütülen çalışmada, ölçeğin orijinal yapılarının Türk sporcu popülasyonunda da korunduğu, yani üç faktörlü yapıların (Özerklik, Yeterlik, İlişkisel) doğrulandığı varsayılmaktadır. Genellikle geçerlik analizleri kapsamında Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılarak ölçeğin teorik yapılarının verilerle uyumu incelenmiştir.

Ayrıca, ölçeğin ölçtüğü yapıyı diğer ilgili yapılarla ilişkilendirerek ölçüt bağlantılı geçerlik türleri de incelenmiş olabilir. Bu tür çalışmalar, SPDÖ'nün diğer motivasyon veya performans değişkenleriyle beklenen yönde ilişkisini gösterdiğini kanıtlamaktadır.

## Güvenirlik

Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durum Ölçeği'nin güvenilirlik çalışmaları, ölçeğin iç tutarlılığını ve zamana karşı kararlılığını değerlendirmeyi amaçlamıştır. Türkçe uyarlama çalışmasında (2020), ölçeğin alt boyutlarının ve toplam puanlarının iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) hesaplanmıştır. Yüksek Alpha değerleri, ölçek maddelerinin aynı yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir.

Güvenirlik analizlerinin, SPDÖ'nün spor bağlamında durum bazı ölçümlerde istikrarlı sonuçlar verdiğini desteklediği belirtilmiştir. Bu durum, ölçeğin hem araştırma hem de uygulamalı spor psikolojisi alanlarında güvenle kullanılabilmesini işaret etmektedir.

## Faktör Analizi

Ölçeğin yapısal doğruluğunu kanıtlamak için Faktör Analizi kullanılmıştır. Uyarlama çalışmasında genellikle Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) tercih edilerek ölçeğin temel aldığı üç faktörlü yapıların (Özerklik, Yeterlik, İlişkisel) Türk sporcu örnekleminde de geçerliliği test edilmiştir. Bu analizler sonucunda, maddelerin ilgili faktörlere yüksek yükler verdiğini ve model uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu rapor edilmiştir. Bu, SPDÖ'nün kültürel adaptasyon sürecinin başarıyla olduğunu göstermektedir.

## Ölçme Aracı

**Test Türü:** Uyarılama (Adaptation) ve Durum Ölçeği (State Scale)

**Format:** Likert Tipi Derecelendirme Ölçeği (Genellikle 5 veya 7 noktalı Likert ölçeği kullanılır.)

**Mevcut Dil:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Sporcular (Farklı branş ve seviyelerdeki aktif sporcular)

**Yaş Grubu:** Genç ve Yetişkin Sporcular

**Popülasyon Detayları:** Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması Türkiye'deki çeşitli spor branşlarından aktif olarak spor yapan sporcular üzerinde gerçekleştirilmiştir.

**Test Metodolojisi:** Bireylerden, anlık olarak deneyimledikleri psikolojik ihtiyaç tatmini düzeylerini belirtmeleri istenir.

## Anahtar Kelimeler

Özerklik, Yeterlik, İhtiyaç, Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Motivasyon, Sporcu, Psikometri

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlama:** Mevcut Değil

**Bağılı E-posta Adresleri:** alpaybulbul60@hotmail.com (Sorumlu Yazar)

**Yazma Adresi:** Bülbül ve Akyol'un (2020) yayınlandığı akademik kurum adresleri veya makalede belirtilen iletişim bilgileri kullanılmalıdır.

## Şinler, Ücret ve Test Yolu

SPDÖ'nün Türkçe uyarlaması 2020 yılında yayınlanmıştır. Ölçeğin akademik ve araştırma amaçlı kullanımı genellikle sorumlu yazarın iznine tabidir. Ticari kullanım veya geniş ölçekli uygulamalar için yazarla iletişime geçilmesi gerekmektedir. İletişim e-posta adresi: [alpaybulbul60@hotmail.com](mailto:alpaybulbul60@hotmail.com). Ölçeğin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: [sporda-psikolojik-ihtiyaclar-durum-olcegi-spido-toad.pdf](https://tr-scales.arabpsychology.com/sporda-psikolojik-ihtiyaclar-durum-olcegi-spido-toad.pdf).

## Kaynaklar

Bülbül, A. & Akyol, G. (2020). Sporda Psikolojik ?htiyaçlar Durum Ölçe?i (SP?DÖ): Türkçe uyarlamas?, geçerlik ve güvenilirlik çal??mas?. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 31(4), 163-173. DOI: <https://doi.org/10.17644/sbd.782132>

Makalenin tam metnine Dergipark üzerinden eri?ilebilir: [dergipark.org.tr](http://dergipark.org.tr)

## Sporda Psikolojik ?htiyaçlar Durum Ölçe?i (SP?DÖ) Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?itirilmemelidir.

Ölçe?in orijinal maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM