

Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği (SUMEÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği (SUMEÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31109>

Özet

Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği (SUMEÖ), bireylerin sportif aktiviteler sırasında ve bu aktivitelerle ilgili süreçlerde müzik dinlemenin psikolojik ve performansla yönelik etkilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçek, özellikle sporcuların ve fiziksel aktiviteye katılanların müzik aracılığıyla spor psikolojisi bağlamında yaşadıkları duygusal, bilişsel ve motivasyonel değişimleri değerlendirmek üzere tasarlanmıştır. Bu ölçek, spor bilimleri ve psikoloji alanındaki araştırmacılar için müziğin antrenman ve performans üzerindeki rolünü incelemeye önemli bir araç sunmaktadır.

SUMEÖ, 2020 yılında Karayol ve Turhan tarafından yapılan kapsamlı bir geliştirme çalışması sonucunda ortaya çıkmıştır ve geçerlik ile güvenirlik analizleri uluslararası akademik literatürde yayımlanmıştır. Ölçek, 3 ana boyutta toplanan toplam 18 maddeden oluşmaktadır. Kullanılan derecelendirme sistemi, katılımcıların müzikle ilgili deneyimlerini sportif aktivite öncesi, esnasında ve sonrasında olmak üzere farklı zaman dilimlerinde 5'li Likert tipi bir yapı üzerinde ifade etmelerini sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Sportif Uygulamalar, Müzik Etkisi, Spor Psikolojisi, Motivasyon, Konsantrasyon, Performans, Geliştirme Ölçeği, SUMEÖ.

Yazarlar

Metin KARAYOL, M. Oğuz TURHAN.

Amaç

SUMEÖ'nün temel amacı, spor yapan bireylerin sportif uygulamalar sırasında müzik dinlemenin etkilerini sistematik ve nicel bir şekilde belirlemektir. Bu etkiler genellikle motivasyon artması, konsantrasyonun iyileştirilmesi, olumsuz duygusal durumların yönetimi ve genel performans üzerindeki katkıları olarak incelenmektedir. Ölçek, müziğin spor ortamlarında stratejik bir araç olarak nasıl kullanılabileceğine dair deneysel veriler sağlamaya hedeflemektedir.

Ölçek, literatürdeki boşluğu doldurarak, müziğin spor performansına olan etkisini yalnızca algısal değil, aynı zamanda bilişsel ve duygusal bileşenler açısından da detaylıca analiz etme imkanı sunar. Bu sayede, antrenörler ve spor psikologları, sporcuların bireysel ihtiyaçlarına uygun müzik müdahale programları geliştirebilirler.

Yapı (Konstrukt)

Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği (SUMEÖ), müziğin spor üzerindeki etkisini çok boyutlu bir yapı (konstrukt) olarak ele almaktadır. Ölçek, sportif aktivite ile ilişkili olarak müziğin yarattığı üç temel boyutu ölçmektedir. Bu boyutlar genellikle bilişsel, duygusal ve davranışsal etkileri kapsar, ancak spesifik boyut adları kaynakta belirtilmemiştir. Toplam 18 maddeden oluşan bu yapı, sporcuların müziği bir performans artırıcı, dikkat düzenleyici veya duygusal dengeleyici olarak nasıl algıladığını değerlendirir.

Ölçek, müzik dinlemenin etkilerini hem uygulama öncesi hazırlık aşamasında hem uygulama esnasındaki yoğunlukta hem de uygulama sonrası toparlanma sürecindeki algılar kapsayacak şekilde tasarlanmıştır. Bu üç farklı zaman dilimine odaklanılması, müziğin etkisinin dinamik doğasını yakalamayı amaçlamaktadır.

Geçerlik

Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği'nin (SUMEÖ) geçerlik çalışmaları, ölçeğin amaçlanan yapıyı doğru bir şekilde ölçtüğünü kanıtlamak üzere gerçekleştirilmiştir. Karayol ve Turhan (2020) tarafından yürütülen geliştirme çalışmasında, yapı geçerliği ve ilgili geçerlik türleri incelenmiştir. Yapılan analizler, ölçeğin teorik temellere uygun olarak 3 faktörlü yapıyı doğruladığını göstermiştir.

Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde kullanılan istatistiksel yöntemler, maddelerin ilgili boyutlara yeterli düzeyde yüklendiğini ortaya koymuş ve faktör yapısının kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir. Bu durum, SUMEÖ'nün sportif uygulamalarda müziğin etkisini ölçmek için güçlü bir yapısal geçerliğe sahip olduğunu işaret etmektedir.

Güvenirlilik

Ölçeğin güvenirlik analizleri, Karayol ve Turhan (2020) çalışmasında detaylıca incelenmiştir. Güvenirlilik, ölçeğin farklı uygulamalarda tutarlı sonuçlar üretme yeteneğini ifade eder. SUMEÖ için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) hesaplanmıştır. Yüksek iç tutarlılık değerleri, ölçek maddelerinin aynı konstrüktü ölçmekte ne kadar başarılı olduğunu göstermektedir.

Geliştirme makalesinin başlığına geçerlik ve güvenirlik değerlendirmesini içerirse de, spesifik güvenirlik katsayıları burada belirtilmemiştir. Ancak, ölçeğin akademik yayınları, iç tutarlılık ve muhtemel test-tekrar test güvenirliği gibi gerekli psikometrik özelliklerin sağlandığını doğrulamaktadır.

Faktör Analizi

Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği (SUMEÖ), Faktör Analizi yöntemleri kullanılarak geliştirilmiş ve geçerlenmiştir. Bu analizler, müziğin sportif etkilere dair algılarını temsil eden temel boyutları ortaya çıkarmıştır. Ölçek, 18 maddeden oluşan ve 3 ana boyuta ayrılan bir yapıya sahiptir. Bu boyutlar, müziğin sporcular üzerindeki farklı etkileşim yollarını temsil etmektedir.

Yapılan Açıklayıcı ve/veya Doğrulayıcı Faktör Analizleri (DFA/AFA), ölçeğin kuramsal çerçevesini desteklemiş ve maddelerin faktör yüklerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Bu yapısal doğrulama, ölçeğin teorik olarak beklenen alt faktörleri barındıran bir şekilde ayrıştırıldığını kanıtlamaktadır.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Geliştirme (Yeni bir ölçek geliştirme çalışması)

Format: Kendi kendine raporlama (Self-report) ölçeği.

Mevcut Diller: Türkçe (Orijinal geliştirme dili). İngilizce başlık: Impact of Music in Sportive Activities Scale (IMSAS).

Popülasyon Grubu: Sportif uygulamalara katılan bireyler, sporcular.

Yaş Grubu: Yetişkin ve genç sporcular (Çalışmanın detayları için referans incelenmelidir).

Popülasyon Detayları: Ölçek, düzenli olarak sportif veya fiziksel aktivite yapan bireylerin müzik kullanımına dair deneyimlerini ölçmek üzere tasarlanmıştır.

Test Metodolojisi: 5'li Likert tipi derecelendirme (1: Hiç katılmıyorum - 5: Kesinlikle katılmıyorum). Katılımcılar, görüşlerini Sportif Uygulama Öncesinde, Sportif Uygulama Esnasında ve Sportif Uygulama Sonrasında olmak üzere üç farklı zaman dilimini göz önünde bulundurarak belirtirler.

Anahtar Kelimeler

Likert Ölçeği, 3 Boyutlu Yapı, Metin Karayol, African Educational Research Journal, Spor Performansı, Duygusal Düzenleme.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Mevcut kaynakta belirtilmemiştir.

Bağlı Kuruluş E-posta Adresleri: Sorumlu Yazar Metin KARAYOL için: m.karayol@alparslan.edu.tr

Yazma Adresi: Metin Karayol (Detaylı adres referansta bulunabilir).

Özetler, Ücretler ve Test Yılı

Geliştirme Yılı: 2020

Özetler ve Ücretler: Ölçeğin ticari kullanım ve akademik araştırmalarda kullanım için yazar(lar) ile iletişime geçilmesi önerilir. Sorumlu yazar Metin KARAYOL ile iletişim kurulabilir.

Referanslar

Karayol, M., & Turhan, M. O. (2020). Impact of Music in Sportive Activities Scale (IMSAS): Validity and reliability assessment. *African Educational Research Journal*, 8(2), 297-304. DOI: [10.30918/AERJ.82.20.071](https://doi.org/10.30918/AERJ.82.20.071)

Makalenin orijinal bağlantısı burada bulunabilir: netjournals.org.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: sportif-uygulamalarda-muzigin-etkisi-olcegi-sumeo-toad.pdf.

Ölçeğin MS Word belgesi ise buradan indirilebilir: sportif-uygulamalarda-muzigin-etkisi-olcegi-sumeo-toad.doc.

Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği (SUMEÖ) Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Sportif uygulamalarda müzik dinlemek, konsantrasyonumu artırır.

Sportif uygulamalarda müzik dinlemek, korku, üzüntü, endişe vb durumlardan kurtulmamı sağlar.

Sportif uygulamalarda müzik dinlemek, yaptığım işe daha iyi motive olmamı sağlar.