Sporun Ya?am Becerilerine Etkisi Ölçe?i (SYBEÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Sporun Ya?am Becerilerine Etkisi Ölçe?i (SYBEÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31116

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Sporun Ya?am Becerilerine Etkisi Ölçe?i (SYBEÖ), sporcular?n spor ortam?nda edindikleri çok boyutlu becerilerin günlük ya?amlar?na ne ölçüde aktar?ld???n? ve kullan?ld???n? ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir uyarlama arac?d?r. Ölçek, 31 madde ve 7 alt boyuttan olu?maktad?r. Bu alt boyutlar, ya?am becerileri alan?nda kritik öneme sahip olan **Zaman Yönetimi**, **?leti?im**, **Liderlik**, **Tak?m Çal??mas?**, **Sosyal Beceriler**, **Duygusal Beceriler** ve **Amaç Belirleme** yetkinliklerini kapsamaktad?r. SYBEÖ'nün Türk kültürüne uyarlamas?, sporun bireylerin ki?isel ve sosyal geli?imine olan katk?s?n? ampirik olarak de?erlendirmek için güvenilir ve geçerli bir araç sunmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Spor psikolojisi, ya?am becerileri, faktör analizi, sporcu, uyarlama, Zaman Yönetimi, Tak?m Çal??mas?, Likert Ölçe?i.

Yazarlar

Selahattin Düz, Mahmut Açak

Amaç

SYBEÖ'nün temel amac?, spor faaliyetlerine kat?l?m?n bireylerin günlük ya?amda kullanabilecekleri kritik ya?am becerileri üzerindeki etkisini ve bu becerilerin aktar?m düzeyini belirlemektir. Ölçek, sporcular?n antrenman ve rekabet ortamlar?nda geli?tirdikleri disiplin, i?birli?i, liderlik ve duygusal düzenleme gibi yetenekleri, spor d??? ba?lamlara ne kadar ba?ar?l? bir ?ekilde ta??d?klar?n? ölçmeyi hedefler.

Bu ölçe?in Türk kültürüne uyarlanmas? (Düz & Açak, 2018), spor bilimleri ve e?itim psikolojisi alanlar?nda, özellikle Türkiye'deki sporcu popülasyonunun psikososyal geli?imini de?erlendirmek için standartla?t?r?lm?? bir araç ihtiyac?n? kar??lam??t?r. Ölçek, sporun e?itici potansiyelini anlamak ve spor programlar?n?n müfredat?n? bu becerileri maksimize edecek ?ekilde geli?tirmek için önemli veriler sa?lamaktad?r.

Yap?

Sporun Ya?am Becerilerine Etkisi Ölçe?i (SYBEÖ), sporcular?n edindi?i ve günlük ya?amda kulland??? becerileri yedi farkl? alt boyutta de?erlendiren çok boyutlu bir yap?y? ölçmektedir. Ölçe?in toplam 31 maddesi, bu yedi boyuta e?it olmayan da??l?mlarla yerle?tirilmi?tir.

Ölçekteki yedi alt boyut ve odakland?klar? temel yap?lar ?unlard?r:

ARABPSYCHOLOGY.COM

Zaman Yönetimi: Bireyin zaman?n? etkili kullanma ve hedefler koyma yetene?i.
?leti?im: Ba?kalar?yla aç?k ve etkili konu?ma becerisi.
Liderlik: Ba?kalar? için iyi bir rol model olma ve yönlendirme yetkinli?i.
Tak?m Çal??mas?: Bir grup veya tak?m içerisinde uyumlu ve verimli çal??abilme.
Sosyal Beceriler: Sosyal etkile?imleri ba?latma ve sürdürme yetene?i.
Duygusal Beceriler: Kendi duygusal durumunun fark?na varma ve bunlar? yönetme becerisi.
Amaç Belirleme: Zorlu ve ula??labilir hedefler koyma yetene?i.

Geçerlik

SYBEÖ'nün Türk kültürüne uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in yap? geçerli?i Faktör Analizi ile test edilmi?tir. Analiz sonuçlar?, ölçe?in 31 madde ve 7 alt boyuttan olu?an orijinal yap?s?n? do?rulayarak güçlü bir yap?sal geçerli?e sahip oldu?unu göstermi?tir.

Alt boyutlara ili?kin geçerlik verileri oldukça güçlüdür. Faktör yük de?erleri, tüm maddeler için .553 ile .841 aral???nda de?i?mektedir. Bu de?erler, maddelerin ilgili alt boyutlar? güçlü bir ?ekilde temsil etti?ini göstermektedir. Örne?in, Zaman Yönetimi alt boyutunun Faktör yük de?erleri .628 ile en yüksek .841 aras?nda de?i?irken, bu boyutun aç?klad??? varyans %72.115 olarak tespit edilmi?tir. Genel olarak, tüm alt boyutlar?n aç?klad??? varyans yüzdeleri %51.782 (Tak?m Çal??mas?) ile %72.115 (Zaman Yönetimi) aras?nda de?i?erek, ölçe?in ölçtü?ü yap?y? yeterli düzeyde aç?klad???n? kan?tlamaktad?r (Nunally & Bernstein, 1994).

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik çal??malar? hem iç tutarl?l?k hem de zamana ba?l? tutarl?l?k (test-tekrar test) yöntemleriyle incelenmi?tir. ?ç tutarl?l?k katsay?s? olan Cronbach's α de?erleri, tüm alt boyutlar için oldukça yüksek bulunmu?tur.

Yedi alt boyutun tamam?n?n Cronbach's α de?eri .925 ile .926 aras?nda yo?unla?maktad?r. Bu yüksek iç tutarl?l?k katsay?lar?, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ölçme konusunda büyük bir tutarl?l??a sahip oldu?unu göstermektedir. Ayr?ca, ölçe?in zaman içerisindeki güvenilirli?ini hesaplamak amac?yla, 217 sporcudan olu?an bir gruba üç hafta arayla test-tekrar test uygulamas? yap?lm??t?r. Elde edilen Pearson korelasyon katsay?s? **r = .89** olarak belirlenmi?tir. Bu yüksek korelasyon de?eri (Ekici, 2009), SYBEÖ'nün puanlar?n?n zaman içinde kararl? ve güvenilir bir ölçüm yapt???n? kan?tlamaktad?r.

Faktör Analizi

SYBEÖ'nün uyarlama sürecinde gerçekle?tirilen Faktör Analizi, ölçe?in yedi alt boyuttan olu?an orijinal yap?s?n? desteklemi?tir. Analiz, 31 maddenin her birinin ilgili faktöre yüksek düzeyde yüklendi?ini ortaya koymu?tur.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Faktör yük de?erlerinin genel aral??? .553 (en dü?ük) ile .841 (en yüksek) aras?nda de?i?mektedir. Her bir alt boyutun özde?er (Eigenvalue) ve aç?klad??? varyans yüzdeleri detayl? olarak incelenmi?tir:

Zaman Yönetimi: Özde?er 2.88, Aç?klanan Varyans %72.115.
?leti?im: Özde?er 2.491, Aç?klanan Varyans %62.266.
Liderlik: Özde?er 3.386, Aç?klanan Varyans %67.718.
Tak?m Çal??mas?: Özde?er 3.107, Aç?klanan Varyans %51.782.
Sosyal Beceriler: Özde?er 2.521, Aç?klanan Varyans %63.018.
Duygusal Beceriler: Özde?er 2.603, Aç?klanan Varyans %65.080.
Amaç Belirleme: Özde?er 2.345, Aç?klanan Varyans %58.623.

Bu sonuçlar, ölçe?in yap?sal olarak sa?lam oldu?unu ve sporcular?n ya?am becerileri üzerindeki etkisini ölçmek için geçerli bir araç oldu?unu göstermektedir.

Ölçme Arac?

Test Türü: Uyarlama

Format: 31 madde, 7 alt boyutlu öz bildirim ölçe?i.

Mevcut Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Sporcular

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Uyarlama çal??mas? sporcular üzerinde yap?lm??t?r).

Popülasyon Detaylar?: Güvenirlik çal??mas? 217 sporcu üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Metodolojisi: 5'li Likert Ölçe?i (1= hiç kat?lm?yorum - 5= tamamen kat?l?yorum) kullan?larak puanlanmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Spor, psikometri, test-tekrar test, öz bildirim, Cronbach's α, geçerlik, güvenirlik.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Bilgi mevcut de?il.

Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri: Mahmut Açak (Sorumlu Yazar): m.acak@hotmail.com

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?il.

ARABPSYCHOLOGY.COM

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in uyarlama çal??mas? **2018** y?l?nda yay?mlanm??t?r. Ölçe?in kullan?m? için izinler ve olas? ücretler konusunda sorumlu yazar Mahmut Açak ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: sporun-yasam-becerilerine-etkisi-olcegi-sybeo-toad.pdf

Kaynaklar

Düz, S. ve Açak, M. (2018). Sporun Ya?am Becerilerine Etkisi Ölçe?inin Türk kültürüne uyarlanmas?. *?nönü Üniversitesi E?itim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 5* (9), 74-86. DOI: 10.29129/inujgse.360711
Ekici, G. (2009). E?itimde ölçme ve de?erlendirme. Ankara: Ekinoks Yay?nlar?.
Nunally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). Psychometric theory (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.

Sporun Ya?am Becerilerine Etkisi Ölçe?i (SYBEÖ) Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmu? olup, hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemi?tir.

Zaman Yönetimi (4 m): Zaman?m? etkili bir ?ekilde kullanmam için hedefler koymay?,
?leti?im (4 m): Ba?kalar?yla aç?k bir ?ekilde konu?may?,
Liderlik (5 m): Ba?kalar? için iyi bir rol model olmay?,
Tak?m çal??mas? (6 m): Bir grup ya da tak?m içerisinde iyi çal??may?,
Sosyal Beceriler (4 m): Bir sohbeti ba?latmay?,
Duygusal Beceriler (4 m): Nas?l hissetti?imin fark?na varmay?,
Amaç Belirleme (4 m): Zorlu hedefler koymay?,

ARABPSYCHOLOGY.COM