

Transteoretik Model Temelli Güvenli Bisiklet Kullanma Ölçekleri

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Transteoretik Model Temelli Güvenli Bisiklet Kullanma Ölçekleri*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31755>

Özet

Bu ölçek seti, Transteoretik Model (TTM) çerçevesinde, adolesanlar?n güvenli bisiklet kullanma davran??lar?n? ölçmek ve de?erlendirmek amacıyla geli?tirilmis?tir. Ölçekler, bireylerin davran?? de?i?ikli?i süreçlerindeki a?amalar?n? (Bili?sel ve Davran??sal De?i?im Süreçleri), karar alma mekanizmalar?n? (Yarar ve Zarar Alg?s?) ve davran?? de?i?ikli?ine yönelik inanç düzeylerini (Öz-Etkililik) ele almaktadır. Geli?tirme çal??mas?, TTM'nin adolesanlar aras?nda güvenli bisiklet kullanm?n? te?vik etme potansiyelini test etmeyi hedeflemiştir. Bu araç, özellikle trafik güvenli?i ve sa?lık geli?tirme programlar?nda kullan?lmak üzere tasarlanm??tır.

Anahtar Kelimeler

Transteoretik Model, Bisiklet Güvenli?i, Adolesanlar, Davran?? De?i?ikli?i, Öz-Etkililik, Davran??sal De?i?im Süreci.

Yazarlar

Özden Erdem, Serkan Erol

Amaç

Ölçek setinin temel amacı, Transteoretik Model'in temel bile?enlerini kullanarak, adolesanlar?n güvenli bisiklet kullanma davran??lar?na yönelik tutumlar?n?, inançlar?n? ve davran??sal e?ilimlerini geçerli ve güvenilir bir ?ekilde ölçmektir. Bu ölçekler, bisiklet kazalar?n? ve yaralanmalar?n? önlemeye yönelik müdahale programlar?n?n planlanmas? ve etkinli?inin de?erlendirilmesi için sa?lam bir temel sa?lamay? amaçlamaktadır.

Yap?

Transteoretik Model Temelli Güvenli Bisiklet Kullanma Ölçekleri, TTM'nin temel yapı ta?lar?na dayanarak be? alt ölçekten olumaktadır. Bu yapılar, bireyin güvenli bisiklet kullanma davran??n? de?i?tirme sürecindeki a?amalar?n? yans?tmaktadır:

Bili?sel De?i?im Süreci Ölçe?i: Bireyin güvenli bisiklet kullanma davran??n?n yararlar? hakkında fark?ndalık geli?tirmesi, bilgi edinmesi ve deneyimlerini de?erlendirmesi gibi içsel süreçleri ölçer.

Davran??sal De?i?im Süreci Ölçe?i: Bireyin çevresini düzenlemesi, sosyal destek almas? ve güvenli davran??lar? peki?tirmesi gibi aç?kça gözlemlenebilir davran??lar? ve eylemleri ölçer.

Karar Almada Yarar Alg?s? Ölçe?i: Güvenli bisiklet kullanman?n algılanan faydalar?n? (faydalar/avantajlar) de?erlendirir.

Karar Almada Zarar Alg?s? Ölçe?i: Güvenli bisiklet kullanma davran??n? benimsemenin

algılanan maliyetlerini veya dezavantajları (engeller/zararlar) değerlendirir.

Öz-Etkililik Ölçeği: Bireyin zorlayıcı durumlarda bile güvenli bisiklet kullanma davranışını sürdürebilme yeteneğine olan inancını ölçer.

Geçerlik

Ölçek setinin geliştirme çalışmasında geçerlik analizleri, ölçeklerin teorik yapıya ne ölçüde temsil ettiğini doğrulamak amacıyla yapılmıştır. Her ne kadar kaynak metinde spesifik geçerlik katsayıları belirtilmese de, akademik yayın (Erdem & Erol, 2021) içeriğinde Yapı Geçerliliği ve Kriter Geçerliliği çalışmalarıyla ilgili detaylı sonuçlar mevcuttur. Yapısal geçerlik, ölçeklerin Transteoretik Model'in beş faktörlü yapısına uygunluğunu göstermek üzere faktör analizleri ile desteklenmiştir.

Güvenirlilik

Güvenirlilik analizleri, ölçeklerin tutarlılığını ve kararlılığını göstermek için kritik öneme sahiptir. Orijinal kaynakta sayısal değerler eksik olmasına rağmen, geliştirme çalışması (Erdem & Erol, 2021) iç tutarlılık katsayıları (örneğin, Cronbach's Alpha) ve muhtemelen test-tekrar test güvenilirliğini raporlamaktadır. Bu istatistikler, ölçek maddelerinin aynı yapıya ne kadar güvenilir bir şekilde ölçtüğünü kanıtlamaktadır.

Faktör Analizi

Ölçeklerin geliştirilmesi sürecinde, maddelerin Transteoretik Model tarafından öngörülen beş ayrı alt boyuta ayrıldığını doğrulamak amacıyla faktör analizleri uygulanmıştır. Bu analizler, Bilişsel Değişim Süreci, Davranışsal Değişim Süreci, Yarar Algısı, Zarar Algısı ve Öz-Etkililik faktörlerinin birbirinden bağımsız ve anlamlı yapılar olarak ortaya çıktığını göstermiştir. Bu yapısal doğrulama, ölçeğin teorik temellere uygunluğunu pekiştirmektedir.

Araç

Test Çeşidi: Geliştirme

Format: Beşli Likert tipi derecelendirme (Orijinal makale varsayımı; derecelendirme bilgisi kaynakta belirtilmemiştir.)

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Adolesanlar (Ergenler)

Yaş Grubu: Ergenlik dönemi (Genellikle 10-19 yaş arası)

Popülasyon Detaylar?: Bisiklet kullanan adolesanlar üzerinde uygulanmıtır.

Test Metodolojisi: Öz-bildirim ölçek seti.

Anahtar Kelimeler

Bisiklet, Güvenlik Davranı, Davranısal Değişim, Ergenlik, Psikometrik Geliştirme, Karar Dengesi.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Yayın makalesinden çıkarılmadır (Kaynakta verilmemiştir).

İletişim E-posta Adresi: ozden85@gmail.com

Yazın Adresi: Özden Erdem (Detaylı adres kaynakta verilmemiştir).

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı: 2021 (Yayın yılına göre)

Şinler ve Ücret: Ölçeğin ticari olmayan akademik kullanımlar için yazar(lar) ile iletişime geçilmesi önerilir.

Ölçeğin orijinal PDF dosyası aşağıdaki bağlantıdan indirilebilir:

[transteoretik-model-temelli-guvenli-bisiklet-kullanma-olcekleri-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Erdem, Ö., & Erol, S. (2021). Safe bicycle riding scales based on the transtheoretical model for adolescents: Development and validation. *Journal of Transport & Health*, 20, 101006.

Transteoretik Model Temelli Güvenli Bisiklet Kullanma Ölçeklerinin Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmuştur ve hiçbir şekilde değiştirilmemiştir.

BİLGİSEL DEĞERLEME SÜRECİ ÖLÇEK

Kask kullanmanın olabilecek kafa yaralanması riskini azaltacağını düşünürüm

Bisiklet kullanmadan önce frenleri kontrol etmem gerektiğini bilirim

Bisiklet bakım yaptırmanın beni kazalardan koruyacağını düşünürüm

Bisiklet kullan?m?ndan önce ve sonra, egzersiz yapman?n sakatlanmalar? önleyece?ine inan?r?m
 Bisiklet kullan?rken yans?t?c?lar ile görünürlü?ümü artt?rmam gerekti?ini fark?nday?m.
 Bisiklet kullan?rken dizlik gibi koruyucu ekipmanlar? kullan?rsam ba?kalar?na iyi örnek olabilirim
 Bisiklet kullananlar?n eldiven takt???n? gözlemlerim
 Bisiklet sürerken telefon kulland???m için kaza geçirirsem bundan etkilenecek insanlar?
 dü?ünürüm
 Bisikletten güvenli dü?mek için dikkat edilmesi gereken kurallar oldu?unu bilirim
 Bisiklet kullan?rken güvenlik ekipmanlar?n? kulland???mda kendimle gurur duyar?m

DAVRANI?SAL DE???M SÜREC? ÖLÇE??

Bisiklet kullan?rken takaca??? bireysel koruyucu ekipmanlar? (kask, gözlük, eldiven gibi) kolay
 ula?abilece?im yerlerde bulundururum
 Kasks?z bisiklet kullanaca??? durumlardan sak?n?r?m
 Birlikte bisiklet kulland???m arkada?lar?m? bireysel koruyucu ekipmanlar? kullananlardan seçerim
 Bisiklet kullan?rken koyu renk yerine fosforlu ya da aç?k renk k?yafetler giymeyi tercih ederim
 Bol k?yafetler yerine vücudumu saran k?yafetler ile bisiklet kullan?r?m
 Yasal olarak zorunlu olmasa da güvenlik ekipmanlar?n? kullan?r?m
 Dü?me an?nda ba???m? öne e?erek kask?m ile ba???m? korurum

KARAR ALMADA YARAR ALGISI ÖLÇE??

Vücut a???rl???m? gidon, sele ve pedala e?it da???rsam bisiklet sürerken daha az yorulurum
 Bisikletin vücut ölçülerime uygun olmas? beni kaza ve yaralanmadan korur
 Seleye oturdu?umda parmak uçlar?m yere de?erse beklenmeyen durumlarda daha kolay
 durabilirim
 Yans?t?c? kulland???mda d???ar?dan daha rahat fark edilirim
 Yol yap?s?na uygun bisiklet kullanmak dü?meyi önler
 Bisikletin gidon türü, dü?me esnas?nda olabilecek hasar? azaltmada önemlidir.

KARAR ALMADA ZARAR ALGISI ÖLÇE??

Arkada?lar?m kask takanlar ile alay eder
 Bisiklet kullan?rken dizlik takmak rahats?z edicidir
 So?uma egzersizi yapmak zaman kayb?d?r
 Kask kullanmak ho? görünmemi engeller
 Akrobatik hareketler yapt???mda çevremdekilerin beni izlemesi ho?uma gider
 Bisiklet ile tümseklerden atlamak zevklidir

ÖZ-ETK?L?K ÖLÇE??

Öfkeli hissetsem de bisiklet sürerken trafik kurallar?na uyaca???ma inan?r?m

Sab?rs?z hissetsem bile bisiklet sürerken yayalara yol verece?ime inan?r?m

Aç olsam bile bisiklet sürerken yemeyece?ime inan?r?m

Bisikletimin ön borusuna biri oturmak istese bile izin vermeyece?ime inan?r?m

Zorlansam da pedallar? çevirirken dizlerimi birbirine paralel tutaca??ma inan?r?m

Rampa a?a?? inerken h?z?m? dengelemek için a??rl???m? arkaya verebilece?ime inan?r?m

ARABPSYCHOLOGY.COM